



Identifier et valoriser les compétences dans les métier de l'aide à domicile

www.compétencesplus.eu



DG Éducation et culture

Programme pour l'éducation et
la formation tout au long de la vie



Guide

Compétences⁺ = "je fais, je sais"

Le projet *Compétences⁺* s'insère dans l'objectif de professionnalisation des services à la personne. Les outils ont été élaborés afin de faciliter la construction d'un parcours professionnel : de l'embauche à la validation des acquis de l'expérience, en passant par l'orientation et la formation. Ils peuvent être utilisés de manière individuelle pour mettre des mots sur son expérience et valoriser ses compétences, comme des outils de ressources humaines pour recruter et faire évoluer les salariés, comme test de positionnement pour orienter, comme supports pédagogiques pour former.

Quelque soit leur utilisation, les outils *Compétences⁺* ne sont pas des outils d'évaluation mais des outils de repérage des compétences mobilisées autant dans un cadre professionnel que personnel ou familial. Ce sont des outils de valorisation des personnes, qui aident à mieux se connaître, à valoriser les points forts et à identifier les besoins en formation.





Un projet européen

Compétences+ = « *je fais, je sais* » est un projet européen financé avec le soutien de la Commission européenne, dans le cadre du programme Leonardo da Vinci.

Des partenaires français, bulgares et italiens ont contribué aux réalisations du projet, sous la coordination d'Emergences.

Les partenaires se sont inspirés de deux projets : *Nos compétences fortes* (projet de l'ICEA) et *Inform 50* (projet Leonardo da Vinci).

Le site Internet www.compétencesplus.eu

Les réalisations du projet en ligne,

Des informations sur le secteur des services à la personne.

Des outils pour identifier et valoriser les compétences

- Un référentiel d'activités et un référentiel de compétences
- Le questionnaire situations de la vie courante
- Le questionnaire contexte professionnel
- Autopositionnement
- Les CV Compétences⁺, modèle *Europass*

Le guide *Compétences⁺ = "je fais, je sais"*

Mode d'emploi et utilisations des outils,

Présentation du métier d'aide à domicile et de la professionnalisation.

Des séminaires dans chaque pays

Présenter les réalisations,

Echanger sur les expériences de professionnalisation de l'aide à domicile.

Durée du projet : 1^{er} novembre 2007 – 31 décembre 2009

Les partenaires européens de *Compétences⁺*

 émergences formation conseil expertises	Emergences , France
 brigitte croff & associés école supérieure de formation des métiers de proximité	Brigitte Croff Conseil & Associés , France
 DOMIDOM services à domicile www.domidom.fr	DOMIDOM , France
 académie Aix-Marseille MINISTÈRE DE L'ÉDUCATION NATIONALE MINISTÈRE DE L'EMPLOI, DU DÉVELOPPEMENT ÉCONOMIQUE ET DE LA SOLIDARITÉ	GIP Académique CAFOC Aix-Marseille , France
Adecco à domicile	Adecco à domicile , France
 ДЕМОКРАТИЧЕН СЪЮЗ НА ЖЕНИТЕ	Union démocratique des femmes , Bulgarie
	Fondation «Dostoen jivot» , Bulgarie
 Gnosis Training Consulting & Research	GNOSIS , Italie
 L'Incontro industria	Coopérative Sociale l'Incontro , Italie
	ICÉA, Institut de coopération pour l'éducation des adultes , Canada



Programme pour l'éducation et la formation tout au long de la vie



Les outils *Compétences⁺* : identifier et valoriser les compétences

Les outils de base

Le référentiel d'activités du métier d'aide à domicile	Les activités réalisées par l'aide à domicile, l'étendue et les limites de son intervention. Commun à la Bulgarie, la France et l'Italie.
Le référentiel de compétences	12 compétences relationnelles et organisationnelles et leur définition.

Les outils d'identification des compétences

① Le questionnaire situations de la vie courante	4 situations de la vie courante (vie familiale, loisirs, travail...) pour chacune des douze compétences. Pour chaque situation, deux choix de réponses. L'utilisateur direct choisit l'une des deux réponses proposées. L'une de ces réponses permet d'identifier la compétence.
② Le questionnaire contexte professionnel	17 situations en contexte professionnel. Pour chaque situation, trois réponses possibles. L'utilisateur direct choisit l'une des trois réponses. Pour chaque situation, une réponse est parfaitement adaptée au contexte professionnel, elle permet d'identifier des compétences ; une des réponses est adaptée au contexte professionnel, elle permet d'identifier moins de compétences que la réponse parfaitement adaptée ; une des réponses ou parfois deux des trois réponses ne sont pas adaptées au contexte professionnel et ne permettent pas d'identifier de compétences. Pour chaque situation, une explication permet de comprendre pourquoi telle attitude est plus adaptée et pourquoi telles compétences ont été identifiées.
③ Autopositionnement	4 phrases pour chacune des douze compétences. La compétence ne figure pas dans le questionnaire. Pour chaque phrase, l'utilisateur direct se positionne en fonction de quatre catégories : honnêtement, ce n'est pas vraiment moi / cela me ressemble un peu / cela me ressemble / c'est tout à fait moi. A la fin du questionnaire, les phrases sont classées par compétence.

Pour chaque questionnaire, les résultats sont présentés sous forme de tableau :

Ce sont mes compétences fortes	Je maîtrise ces compétences	Je peux améliorer ces compétences	Je dois travailler ces compétences
--------------------------------	-----------------------------	-----------------------------------	------------------------------------

Les résultats sont indicatifs. Les résultats de chaque questionnaire ne sont pas croisés. L'objectif des outils est, bien sûr, d'identifier ses compétences, mais surtout de s'approprier la définition des compétences pour pouvoir les utiliser pour traduire son expérience en mots précis.

Remarques :

Ces outils sont conçus dans une démarche de valorisation des personnes, pour aider à construire un parcours professionnel.

Il ne s'agit pas d'outils d'évaluation. Tout le monde a un potentiel et des compétences, c'est ce qu'il s'agit de repérer. Il s'agit de mieux se connaître en identifiant ses points forts pour les valoriser et de repérer les points à améliorer pour se former.

Il est important de répondre de manière spontanée et honnête, sinon la démarche n'a aucun intérêt.

Ces outils sont conçus pour aider à mettre en mots son expérience : il s'agit de traduire ce que je sais faire, « je fais », en compétences, « je sais ».

Valoriser ses compétences et son expérience

④ Le CV <i>Compétences⁺</i>	Un portefeuille de compétences et un récapitulatif des expériences et des formations. Les compétences identifiées par les outils peuvent être classées dans le CV. 2 versions : le CV <i>Compétences⁺</i> et le CV <i>Compétences⁺</i> Aide à domicile. Le CV <i>Compétences⁺</i> Aide à domicile permet de valoriser de manière précise l'expérience acquise dans l'aide à domicile.
---	---



Programme pour l'éducation et la formation tout au long de la vie

FRANCE

A qui s'adresse *Compétences+* ?

Pour quoi faire ?

Les utilisateurs directs

Mettre en mots son expérience

- ▶ Les salariés de l'aide à domicile
- ▶ Les personnes à la recherche d'un emploi
- ▶ Les personnes en formation

- ▶ Préparer une VAE, identifier ses besoins en formation, évoluer dans son emploi
- ▶ Se préparer à l'entretien d'embauche
- ▶ S'orienter vers les métiers de l'aide à domicile
- ▶ S'approprier la définition des compétences, analyser ses pratiques professionnelles

Ils répondent aux questionnaires et complètent le CV *Compétences+*.

Utile pour se valoriser

Ils accompagnent

Mobiliser et motiver

- ▶ Organismes d'insertion
- ▶ Intermédiaires l'emploi

- ▶ Orienter vers le métier d'aide à domicile
- ▶ Orienter vers une formation, une VAE
- ▶ Sensibiliser au métier d'aide à domicile

Ils aident les utilisateurs directs à remplir les outils *Compétences+*.

Utile comme test de positionnement

Ils recrutent et managent

Gérer par les compétences

- ▶ Les employeurs
- ▶ Les responsables de la formation
- ▶ Les responsables des ressources humaines

- ▶ Recruter sur la base des compétences
- ▶ Identifier les besoins en formation, orienter vers une VAE
- ▶ Attribuer des missions spécifiques
- ▶ Travailler les pratiques professionnelles
- ▶ Créer des moments collectifs
- ▶ Mieux connaître le potentiel des salariés pour développer leur emploi

Ils utilisent les outils *Compétences+* au moment du recrutement et au cours des entretiens avec les salariés en poste.

Utile pour recruter, faire évoluer

Ils forment

Former et sensibiliser

- ▶ Les formateurs

- ▶ Travailler sur la notion de compétence
- ▶ Analyser les pratiques professionnelles
- ▶ Sensibiliser aux caractéristiques du métier d'aide à domicile

Ils utilisent les outils tels quels ou bien les adaptent en fonction de l'objectif de la formation.

Utile comme supports pédagogiques



La démarche Compétences⁺ pour l'utilisateur direct : identifier et valoriser ses compétences

L'objectif : *mettre en mots son expérience.*

La démarche *Compétences⁺* doit permettre de faciliter la traduction de l'expérience en compétences. Il s'agit de reformuler ce que l'on sait faire, « je fais », dans un cadre professionnel, privé ou bénévole, par une compétence, « je sais », afin de valoriser son expérience.

La maîtrise de la définition des compétences permet de mettre des mots (une compétence) sur ce que l'on fait dans la vie courante, au travail ou dans la vie personnelle. L'utilisation de l'ensemble des outils permet aux salariés et aux personnes à la recherche d'un emploi de s'approprier la définition des compétences, de se familiariser avec les pratiques professionnelles et de valoriser leurs compétences et leurs expériences en les illustrant avec des exemples concrets.

La démarche est toujours positive, quelque soit les résultats. En effet, en utilisant les différents outils, on apprend à mieux se connaître, à comprendre les définitions des compétences et à mesurer l'ampleur de son expérience.

① Le questionnaire situations de la vie courante

② Le questionnaire contexte professionnel

③ Autopositionnement

J'identifie mes compétences

Je mets des mots sur mon expérience

Les trois premiers outils permettent de s'approprier la définition des compétences pour pouvoir mettre des mots sur son expérience.

Les situations concrètes présentées dans les questionnaires permettent de comprendre dans quelles situations je mobilise telle ou telle compétence : lorsque je fais ceci, je peux dire que je mobilise telle compétence.

Il n'y a jamais de bonnes ou de mauvaises réponses : le but est d'essayer d'identifier ses compétences afin de les valoriser, pour trouver un emploi, s'orienter, se former. Il ne s'agit pas d'une évaluation mais d'un travail sur soi qui permet de mieux se connaître. L'objectif n'est pas de montrer que l'on maîtrise toutes les compétences mais de s'approprier la définition des compétences pour pouvoir mettre des mots sur son expérience.

Les résultats des questionnaires sont indicatifs et classent les compétences en fonction de quatre catégories :

- Ce sont mes compétences fortes.
- Je maîtrise ces compétences
- Je peux améliorer ces compétences
- Je dois travailler ces compétences

Ce classement permet d'identifier ses points forts pour les valoriser et les éventuels besoins en formation.

④ Le CV Compétences⁺

Je valorise mes compétences et mon expérience

J'illustre mes compétences par des exemples concrets

Le CV permet de valoriser ses compétences et son expérience en illustrant ses compétences par des exemples concrets. Vous pouvez vous aider des différentes situations des trois premiers outils pour illustrer vos compétences dans le CV.

Le CV *Compétences⁺* Aide à domicile est spécialement adapté aux personnes qui ont de l'expérience dans l'aide à domicile. Les compétences qui apparaissent dans les catégories « Je maîtrise ces compétences » et « Ce sont mes compétences fortes » doivent être intégrées dans votre CV. Pour chaque compétence, vous donnerez des exemples concrets qui montreront que vous maîtrisez la compétence.

Les situations sont autant d'exemples pour illustrer ses compétences dans le CV *Compétences⁺* : je peux dire que je maîtrise cette compétence, car dans telle ou telle situation je fais comme cela.





Le référentiel d'activités transnational du métier d'aide à domicile

Le référentiel de compétences



Le référentiel d'activités : *connaître les activités réalisées par l'aide à domicile*

L'aide à domicile s'occupe à la fois de la personne et du logement. Elle accompagne la personne aidée dans les activités de la vie quotidienne, participe au développement ou au maintien de son autonomie, elle contribue à stimuler la vie relationnelle et sociale. Si l'aide à domicile travaille avec d'autres personnes : des professionnels, des membres de la famille ou des connaissances de la personne aidée, elle intervient généralement seule et doit assurer le confort et la sécurité pour elle-même et la personne aidée.

Référentiel d'activités transnational du métier d'aide à domicile

Accompagner la personne

Habillage

Toilette

Aide aux fonctions d'élimination

Contrôle de la prise de médicaments / Aide à la prise de médicaments (dans certains cas)

Aide aux déplacements

Alimentation (élaboration de menus ou présentation du repas livré) / achats alimentaires éventuels

Gestion éventuelle du budget alloué aux achats

Entretien du logement et du linge (lavage, repassage)

Préserver ou restaurer l'autonomie de la personne aidée

Fixer et réaliser des objectifs en vue de restaurer ou maintenir l'autonomie

Observer l'état de santé psychique et physique

Stimuler la vie sociale et relationnelle

Accompagner dans les activités de loisir et de la vie sociale

Aider à la gestion des documents familiaux et aux démarches administratives

S'occuper des animaux domestiques

Communiquer

Avec la personne aidée

Avec son entourage familial et amical

Avec les autres intervenants à domicile, professionnels ou aidants familiaux

Avec sa structure

Travailler en équipe

Travailler en liaison étroite avec les autres personnes intervenant au domicile

Agir dans la limite de ses compétences

Rendre compte de son intervention auprès de sa structure

Assurer le confort et la sécurité pour soi-même et la personne aidée

Aménager l'espace dans un but de confort et de sécurité

Faire les gestes et avoir les postures appropriés

Utilisation

Le référentiel d'activités est utile pour sensibiliser au métier d'aide à domicile et pour aborder le périmètre d'intervention de l'aide à domicile. Il permet de faire le lien entre les activités réalisées par l'aide à domicile et les compétences mobilisées.



Le référentiel de compétences : *connaître les compétences relationnelles et organisationnelles mobilisées par l'aide à domicile.*

Le métier d'aide à domicile nécessite la maîtrise de compétences techniques clairement identifiées, mais il mobilise également des compétences relationnelles et organisationnelles. Ces compétences ne sont généralement pas reconnues, pourtant elles sont essentielles dans l'exercice du métier d'aide à domicile. Les compétences du référentiel sont des **compétences relationnelles et organisationnelles** : ce sont des compétences mobilisées lorsque l'on est en relation avec d'autres personnes, que l'on doit s'adapter à des environnements différents, que l'on doit travailler en équipe. Il ne s'agit donc pas de compétences techniques.

A partir des **caractéristiques du métier d'aide à domicile**, le référentiel de compétences décline quatre grandes compétences : l'autonomie, l'adaptabilité, la relation aux autres et le travail d'équipe.

Caractéristiques du métier d'aide à domicile			
L'aide à domicile travaille seul(e) au domicile de la personne aidée	L'aide à domicile intervient auprès de personnes différentes dans des lieux différents	L'aide à domicile établit une relation humaine dans le cadre d'une activité professionnelle	L'aide à domicile intervient dans une équipe avec des responsabilités spécifiques
Compétence requise Autonomie S'organiser de manière autonome sur son lieu de travail et prendre des décisions dans le cadre de ses responsabilités.	Compétence requise Adaptabilité S'adapter aux spécificités des situations et des interlocuteurs.	Compétence requise Relation aux autres Instaurer une relation de confiance tout en gardant une distance avec la personne aidée.	Compétence requise Travail en équipe Penser son rôle par rapport à sa structure et à l'ensemble des intervenants (professionnels et familiaux) à domicile.
Compétences du référentiel Sens de l'organisation Initiative Confiance en soi Sens des responsabilités	Compétences du référentiel Polyvalence Facilité à faire des tâches répétitives Facilité à travailler sous pression Sens de l'observation Adaptation	Compétences du référentiel Communication Relation de service	Compétences du référentiel Travail d'équipe
Définition du mot compétence Il n'existe pas une seule et unique définition du mot compétence. La définition retenue dans le cadre du projet est la suivante : La compétence est une capacité à agir en mobilisant des savoir, des savoir-faire et les ressources de l'environnement (moyens humains, matériels, informations...) dont les résultats (les actions) sont concrets et observables.			

Les compétences du référentiel sont **transversales** : elles ne sont pas spécifiques au métier d'aide à domicile et peuvent être mobilisées dans de nombreux métiers.

Ces compétences peuvent **s'acquérir dans divers moments et lieux de vie** : au travail, dans la vie associative, dans l'éducation familiale, dans la pratique d'un sport ou d'une activité culturelle. Elles ne s'acquièrent pas forcément dans le cadre formel d'une formation initiale ou continue. C'est pourquoi les outils d'identification des compétences évoquent des situations de la vie courante (vie familiale, loisirs, travail).

Les douze compétences du référentiel sont définies en fonction du métier d'aide à domicile : la **définition remplace la compétence dans le contexte professionnel** en tenant compte des caractéristiques et des contraintes du métier d'aide à domicile.

Référentiel de compétences	
Compétences	Définitions
Sens de l'organisation	Capacité à organiser son travail, à établir des priorités et à gérer son temps pour atteindre les objectifs fixés dans les délais requis.
Initiative	Capacité à aller au devant des demandes ou des besoins, à proposer des idées et les mettre en œuvre.
Confiance en soi	Capacité à s'affirmer, à débattre et défendre un point de vue, à accepter les critiques sans être déstabilisé(e).
Sens des responsabilités	Capacité à assumer son action dans la limite de sa fonction, à respecter et appliquer les mesures liées à l'hygiène, la sécurité, l'environnement et au principe de précaution.
Polyvalence	Capacité à réaliser des activités diversifiées en ayant une approche globale de son intervention.
Facilité à faire des tâches répétitives	Capacité à effectuer dans la durée les mêmes tâches ou les mêmes gestes plusieurs fois de suite, sans en être affecté.
Facilité à travailler sous pression	Capacité à garder son calme et à ne pas perdre ses moyens dans des situations déstabilisantes, inhabituelles ou en cas de surcharge de travail.
Sens de l'observation	Capacité à repérer la façon de vivre de quelqu'un, les caractéristiques d'un lieu, à identifier un changement, à détecter un problème.
Adaptation	Capacité à faire face aux changements et aux imprévus, aux différentes façons de faire et d'être.
Communication	Capacité à construire une relation avec les personnes qui nous entourent, à s'intéresser à leur situation en faisant preuve d'empathie.
Relation de service	Capacité à agir de manière professionnelle en offrant un service de qualité et en établissant une relation de confiance tout en gardant une distance avec la personne aidée, en respectant l'intimité (habitudes, goûts, opinions publiques...) et la confidentialité des informations.
Travail d'équipe	Capacité à accomplir les tâches qui nous sont confiées tout en collaborant avec d'autres personnes (entourage familial, intervenants professionnels, structures) à la réalisation d'un objectif commun. Capacité à identifier les rôles et missions de chacun.



- ❶ Le questionnaire situations de la vie courante
- ❷ Le questionnaire contexte professionnel
- ❸ Autopositionnement



Identifier ses compétences

1 Questionnaire situations de la vie courante

Nom :

Prénom :

Date :

Mode d'emploi

Il ne s'agit pas d'une évaluation. Il s'agit d'identifier ses compétences pour pouvoir les valoriser en faisant le lien entre des situations de la vie courante et des compétences.
Il n'y a pas de bonnes ou de mauvaises réponses.

Le questionnaire vous place dans différentes situations de la vie courante : la vie familiale, les loisirs mais aussi le travail. Pour chaque compétence il y a 4 situations différentes, soit 48 situations. Elles ont été mélangées.

Vous devez choisir l'une des deux réponses. Pour les questions qui concernent le travail, répondez comme si vous étiez aide à domicile.

Choisissez la réponse qui correspond le plus à ce que vous feriez dans la situation décrite.

À la fin du questionnaire, et en fonction de vos réponses, vous obtiendrez un tableau indiquant vos compétences fortes, les compétences que vous maîtrisez, celles à améliorer et celles à travailler.

J'ai une nouvelle cafetière	
J'essaie de la faire marcher	
J'attends que l'on m'explique comment elle marche	
A la maison	
Je suis le/la spécialiste des repas et du ménage	
J'aime préparer à manger, faire un peu de bricolage et de couture	
Quand je dois faire quelque chose tout le temps dans le même ordre	
Je reste concentré(e)	
Au bout d'un moment, je n'y arrive plus	
Lorsque j'ai beaucoup de choses à faire en peu de temps	
J'essaie de voir ce qui est le plus important à faire	
J'essaie d'en faire au moins la moitié	
Lorsque je cuisine :	
J'aime faire les mêmes recettes que je réussis	
Je tente de nouvelles recettes au risque de rater	
Quand je suis chez quelqu'un pour la première fois	
Je repère très vite des détails, la place des objets dans la maison	
Les détails du logement ne me sautent pas aux yeux	
Lorsque j'ai oublié d'aller à un rendez-vous	
J'appelle pour m'excuser	
J'appelle quand j'ai besoin d'un autre rendez-vous	
Pour organiser une fête avec de nombreux invités	
Je préfère m'occuper de tout	
Je demande à plusieurs personnes de m'aider	
Je travaille chez une vieille dame qui me suit partout, qui regarde mon travail et fait des commentaires	
Je la laisse faire, je l'invite à participer à ce que je fais, je lui demande sa façon de faire	
Je suis agacé(e), ça me stresse, je suis mal à l'aise	

Dans un groupe :	
J'ose donner mon opinion et je dis ce que je pense	
Je n'interviens pas	
Lorsqu'une personne que je connais est anormalement pâle	
Je me dis qu'elle est fatiguée et que ça va passer	
Je fais des hypothèses dans ma tête et je lui pose des questions	
Des personnes arrivent pour dîner à la maison sans avoir prévenu :	
Je n'aime pas cette situation, j'aime avoir le temps de préparer	
Je modifie mon programme pour les accueillir	
Dans un groupe, lorsqu'il y a quelqu'un qui est seul	
Je vais vers lui pour lui parler	
Je reste avec mon groupe d'amis	
Si on me demande un service mais que je n'ai pas le temps	
Je ne suis pas sûr(e) que je le ferai mais j'accepte quand même	
Je refuse parce que je n'ai pas le temps	
Je dois préparer un dîner pour dix personnes	
Je calcule à peu près le temps qu'il me faut pour préparer le repas	
Je commence deux heures à l'avance	
Pour moi, le métier d'aide à domicile	
C'est m'occuper de la personne et de la maison	
C'est me consacrer avant tout à la personne	
Je suis aide à domicile, la personne dont je m'occupe	
C'est comme un membre de ma famille, une amie	
C'est une cliente	
Lorsque j'ai beaucoup de choses à faire	
Je fais ce que je peux	
Je redouble d'énergie pour tout faire	

J'aide une personne âgée et chez elle, il y a un coussin qui est tout décousu	
Je le vois mais je n'y touche pas, je suis là pour l'aider à se laver et à manger	
Je prends un peu de temps pour le réparer, ce sera plus joli	
On me propose un nouveau travail	
Je suis partant(e) tout de suite	
J'hésite car je crains de ne pas être à la hauteur	
Lorsque j'ai dit que j'allais faire quelque chose	
Je le fais	
Je le fais si c'est important	
La personne dont je m'occupe me raconte les problèmes de couple de sa fille	
Je l'écoute sans prendre parti	
Je participe à la discussion, je donne mon point de vue	
Je dois porter plusieurs paquets très lourds	
J'essaie de tous les porter pour aller vite	
Je fais petit à petit pour éviter de me faire mal	
Lorsque je rencontre une difficulté	
J'essaie de trouver des solutions	
Je préfère que l'on me dise comment je pourrais faire	
Aide à domicile, j'interviens chez une personne qui pratique une religion différente de la mienne	
Je l'accompagne sur son lieu de culte	
Ça m'est difficile de l'accompagner et je considère que ce n'est pas forcément mon rôle	
Lorsque j'ai un travail urgent à faire	
Je garde mon calme et ça me stimule	
J'ai tendance à paniquer, je préfère avoir du temps	
Lorsque l'on me critique :	
J'écoute et je ne suis pas déstabilisé(e)	
Je suis mal à l'aise	

Quand je vais dans une ville pour la deuxième fois	
Je m'oriente, je me repère, je retrouve mon chemin	
J'ai besoin d'un guide et je demande mon chemin	
Je suis invité(e) à l'apéritif chez des voisins, il manque des chaises	
Je reste debout, ce n'est pas grave	
Je propose de ramener des chaises	
Je travaille avec une personne âgée qui me parle toujours des mêmes souvenirs	
Je montre que je suis intéressé(e)	
C'est normal à son âge, je la laisse parler	
Lorsque je suis chez des amis et qu'ils rangent la vaisselle différemment	
Je leur montre comment je fais car je range beaucoup mieux	
Je range à leur manière	
Je suis l'aide à domicile d'un jeune homme handicapé mais sa femme préfère s'occuper de lui et me demande de faire le repassage et de nettoyer la salle de bain.	
J'estime que je ne suis pas là pour faire le ménage	
Je comprends qu'elle veuille s'occuper de son mari et je fais le ménage	
Lorsque je dois repasser 10 chemises :	
Ça ne me dérange pas de repasser les 10 chemises à la suite	
J'en repasse deux et je repasserai les autres plus tard	
Lorsque je suis avec de nouvelles personnes	
Je trouve facilement quelque chose à dire	
Je préfère qu'on vienne me parler	
Je suis aide à domicile et la personne aidée a besoin de quelqu'un deux heures de plus le jour suivant	
Même si c'est compliqué pour moi, je le fais	
J'appelle pour qu'un(e) collègue ou ma structure prenne le relais	
Lorsque je dois faire quelque chose pour une date précise	
Je fais tout pour terminer à la date prévue même si je ne suis pas totalement satisfait(e)	
Je préfère être satisfait(e) de mon travail même si je le termine avec du retard	

Lorsque je réalise un plat pour la première fois et qu'il n'est pas complètement réussi	
Je l'amène sur la table et tant pis pour les critiques	
Je crains les critiques et ça me décourage	
La personne chez qui j'interviens me dit très souvent qu'elle n'en peut plus, qu'elle veut mourir, que sa vie n'a plus de sens	
Je lui dis qu'il faut penser à autre chose, qu'il ne faut pas dire ça	
Je l'écoute, je parle avec elle de sa peine, de ce qui est difficile pour elle	
Quand j'entre dans une maison pour la première fois	
Je vois tout de suite ce qu'il faut faire et le temps nécessaire	
J'ai besoin de temps pour savoir ce que je dois faire	
Une personne âgée souffre d'arthrose aux mains et elle a difficultés à couper sa viande :	
Je lui coupe sa viande	
Je l'encourage à faire seule malgré ses difficultés	
Lorsque j'ai un problème compliqué à résoudre	
Je préfère me débrouiller seul(e) même si cela me pose des difficultés et prend du temps	
J'en parle pour me soulager et trouver ensemble une solution	
Avoir plusieurs activités dans la journée :	
C'est stimulant et intéressant	
C'est stressant même épuisant	
Si je travaille chez une personne très ordonnée et soignée	
Je refais les poussières tous les matins sans problème, comme elle le souhaite	
Cela m'ennuie de toujours faire la même chose mais je le fais	
Lorsque je dois faire plusieurs choses	
Je réfléchis dans quel ordre je vais les faire	
Je commence par le plus rapide	
La dame chez qui j'interviens cherche une adresse pour un nouveau médecin	
Je lui dis de demander à sa fille	
Je lui apporte plusieurs noms et coordonnées	



Questionnaire situations de la vie courante 1

Lorsque je ne sais pas faire quelque chose	
Je préfère demander conseil à quelqu'un qui sait faire	
Je me débrouille tout(e) seul(e)	
Dans ce que je fais, je préfère :	
Garder les mêmes habitudes	
Tenter de nouvelles expériences même si je risque de faire une erreur	
J'ai promis d'emmener les enfants au parc mais je suis invitée chez la voisine au dernier moment	
Je vais chez la voisine et j'irai au parc une autre fois	
Je vais au parc	



Après avoir répondu au questionnaire

Questionnaire situations de la vie courante ①

Nom :

Prénom :

Date :

Objectifs du questionnaire

- ▶ Identifier les compétences que l'on mobilise dans les situations de la vie courante ;
- ▶ S'approprier les définitions des compétences ;
- ▶ Faire le lien entre des situations de la vie courante et des compétences.

Le questionnaire vous aide à faire le lien entre des situations de la vie courante (la vie familiale, les loisirs mais aussi le travail) et des compétences.

Chaque situation du questionnaire correspond à une compétence et l'une des deux réponses permet d'identifier cette compétence.

Comparer les réponses au questionnaire avec les réponses attendues en fonction de la compétence identifiée, puis reporter les résultats dans le tableau *Report des résultats* page 8 en notant les points par compétences.

En fonction du total par compétences, vous obtiendrez un tableau indiquant vos compétences fortes, les compétences que vous maîtrisez, celles à améliorer et celles à travailler (page 8).

A la fin du document (page 9), les différentes situations classées par compétences. Les différentes situations proposées aident à comprendre la définition des compétences et à faire le lien entre une situation et une compétence. Les situations proposées sont autant d'exemples qui permettent d'expliquer pourquoi on estime maîtriser une compétence.

Tableau de correspondance des situations avec les compétences

Dans la dernière colonne, notez 1 lorsque vous avez répondu la réponse notée 1.

100	Adaptation	J'ai une nouvelle cafetière		
101		J'essaie de la faire marcher	X	
102		J'attends que l'on m'explique comment elle marche		
52	Polyvalence	A la maison		
53		Je suis le/la spécialiste des repas et du ménage		
54		J'aime préparer à manger, faire un peu de bricolage et de couture	X	
64	Facilité à faire des tâches répétitives	Quand je dois faire quelque chose tout le temps dans le même ordre		
65		Je reste concentré(e)	X	
66		Au bout d'un moment, je n'y arrive plus		
1	Sens de l'organisation	Lorsque j'ai beaucoup de choses à faire en peu de temps		
2		J'essaie de voir ce qui est le plus important à faire	X	
3		J'essaie d'en faire au moins la moitié		
19	Initiative	Lorsque je cuisine :		
20		J'aime faire les mêmes recettes que je réussis		
21		Je tente de nouvelles recettes au risque de rater	X	
88	Sens de l'observation	Quand je suis chez quelqu'un pour la première fois		
89		Je repère très vite des détails, la place des objets dans la maison	X	
90		Les détails du logement ne me sautent pas aux yeux		
37	Sens des responsabilités	Lorsque j'ai oublié d'aller à un rendez-vous		
38		J'appelle pour m'excuser	X	
39		J'appelle quand j'ai besoin d'un autre rendez-vous		
136	Travail d'équipe	Pour organiser une fête avec de nombreux invités		
137		Je préfère m'occuper de tout		
138		Je demande à plusieurs personnes de m'aider	X	
73	Facilité à travailler sous pression	Je travaille chez une vieille dame qui me suit partout, qui regarde mon travail et fait des commentaires		
74		Je la laisse faire, je l'invite à participer à ce que je fais, je lui demande sa façon de faire	X	
75		Je suis agacé(e), ça me stresse, je suis mal à l'aise		

Après avoir répondu au questionnaire

Questionnaire situations de la vie courante ①

25		Dans un groupe :		
26	Confiance en soi	J'ose donner mon opinion et je dis ce que je pense	X	
27		Je n'interviens pas		
91		Lorsqu'une personne que je connais est anormalement pâle		
92	Sens de l'observation	Je me dis qu'elle est fatiguée et que ça va passer		
93		Je fais des hypothèses dans ma tête et je lui pose des questions	X	
97		Des personnes arrivent pour dîner à la maison sans avoir prévenu :		
98	Adaptation	Je n'aime pas cette situation, j'aime avoir le temps de préparer		
99		Je modifie mon programme pour les accueillir	X	
115		Dans un groupe, lorsqu'il y a quelqu'un qui est seul		
116	Communication	Je vais vers lui pour lui parler	X	
117		Je reste avec mon groupe d'amis		
46		Si on me demande un service mais que je n'ai pas le temps		
47	Sens des responsabilités	Je ne suis pas sûr(e) que je le ferai mais j'accepte quand même		
48		Je refuse parce que je n'ai pas le temps	X	
7		Je dois préparer un dîner pour dix personnes		
8	Sens de l'organisation	Je calcule à peu près le temps qu'il me faut pour préparer le repas	X	
9		Je commence deux heures à l'avance		
49		Pour moi, le métier d'aide à domicile		
50	Polyvalence	C'est m'occuper de la personne et de la maison	X	
51		C'est me consacrer avant tout à la personne		
130		Je suis aide à domicile, la personne dont je m'occupe		
131	Relation de service	C'est comme un membre de ma famille, une amie		
132		C'est une cliente	X	
82		Lorsque j'ai beaucoup de choses à faire		
83	Facilité à travailler sous pression	Je fais ce que je peux		
84		Je redouble d'énergie pour tout faire	X	

Après avoir répondu au questionnaire

Questionnaire situations de la vie courante ①

58	Polyvalence	J'aide une personne âgée et chez elle, il y a un coussin qui est tout décousu		
59		Je le vois mais je n'y touche pas, je suis là pour l'aider à se laver et à manger		
60		Je prends un peu de temps pour le réparer, ce sera plus joli	X	
34	Confiance en soi	On me propose un nouveau travail		
35		J'accepte tout de suite	X	
36		J'hésite car je crains de ne pas être à la hauteur		
40	Sens des responsabilités	Lorsque j'ai dit que j'allais faire quelque chose		
41		Je le fais	X	
42		Je le fais si c'est important		
127	Relation de service	La personne dont je m'occupe me raconte les problèmes de couple de sa fille		
128		Je l'écoute sans prendre parti	X	
129		Je participe à la discussion, je donne mon point de vue		
70	Facilité à faire des tâches répétitives	Je dois porter plusieurs paquets très lourds		
71		J'essaie de tous les porter pour aller vite		
72		Je fais petit à petit pour éviter de me faire mal	X	
13	Initiative	Lorsque je rencontre une difficulté		
14		J'essaie de trouver des solutions	X	
15		Je préfère que l'on me dise comment je pourrais faire		
106	Adaptation	Aide à domicile, j'interviens chez une personne qui pratique une religion différente de la mienne		
107		Je l'accompagne sur son lieu de culte	X	
108		Ça m'est difficile de l'accompagner et je considère que ce n'est pas forcément mon rôle		
79	Facilité à travailler sous pression	Lorsque j'ai un travail urgent à faire		
80		Je garde mon calme et ça me stimule	X	
81		J'ai tendance à paniquer, je préfère avoir du temps		
28	Confiance en soi	Lorsque l'on me critique :		
29		J'écoute et je ne suis pas destabilisé(e)	X	
30		Je suis mal à l'aise		

Après avoir répondu au questionnaire

Questionnaire situations de la vie courante ①

85	Sens de l'observation	Quand je vais dans une ville pour la deuxième fois		
86		Je m'oriente, je me repère, je retrouve mon chemin	X	
87		J'ai besoin d'un guide et je demande mon chemin		
22	Initiative	Je suis invité(e) à l'apéritif chez des voisins, il manque des chaises		
23		Je reste debout, ce n'est pas grave		
24		Je propose de ramener des chaises	X	
112	Communication	Je travaille avec une personne âgée qui me parle toujours des mêmes souvenirs		
113		Je montre que je suis intéressé(e)	X	
114		C'est normal à son âge, je la laisse parler		
103	Adaptation	Lorsque je suis chez des amis et qu'ils rangent la vaisselle différemment		
104		Je leur montre comment je fais car je range beaucoup mieux		
105		Je range à leur manière	X	
55	Polyvalence	Je suis l'aide à domicile d'un jeune homme handicapé mais sa femme préfère s'occuper de lui et me demande de faire le repassage et de nettoyer la salle de bain.		
56		J'estime que je ne suis pas là pour faire le ménage		
57		Je comprends qu'elle veuille s'occuper de son mari et je fais le ménage	X	
67	Facilité à faire des tâches répétitives	Lorsque je dois repasser 10 chemises :		
68		Ça ne me dérange pas de repasser les 10 chemises à la suite	X	
69		J'en repasse deux et je repasserai les autres plus tard		
109	Communication	Lorsque je suis avec de nouvelles personnes		
110		Je trouve facilement quelque chose à dire	X	
111		Je préfère qu'on vienne me parler		
142	Travail d'équipe	Je suis aide à domicile et la personne aidée a besoin de quelqu'un deux heures de plus le jour suivant		
143		Même si c'est compliqué pour moi, je le fais		
144		J'appelle pour qu'un(e) collègue ou ma structure prenne le relais	X	
10	Sens de l'organisation	Lorsque je dois faire quelque chose pour une date précise		
11		Je fais tout pour terminer à la date prévue même si je ne suis pas totalement satisfait(e)	X	
12		Je préfère être satisfait(e) de mon travail même si je le termine avec du retard		

Après avoir répondu au questionnaire

Questionnaire situations de la vie courante ①

31	Confiance en soi	Lorsque je réalise un plat pour la première fois et qu'il n'est pas complètement réussi		
32		Je l'amène sur la table et tant pis pour les critiques	X	
33		Je crains les critiques et ça me décourage		
118	Communication	La personne chez qui j'interviens me dit très souvent qu'elle n'en peut plus, qu'elle veut mourir, que sa vie n'a plus de sens		
119		Je lui dis qu'il faut penser à autre chose, qu'il ne faut pas dire ça		
120		Je l'écoute, je parle avec elle de sa peine, de ce qui est difficile pour elle	X	
94	Sens de l'observation	Quand j'entre dans une maison pour la première fois		
95		Je vois tout de suite ce qu'il faut faire et le temps nécessaire	X	
96		J'ai besoin de temps pour savoir ce que je dois faire		
121	Relation de service	Une personne âgée souffre d'arthrose aux mains et elle a des difficultés à couper sa viande :		
122		Je lui coupe sa viande		
123		Je l'encourage à faire seule malgré ses difficultés	X	
133	Travail d'équipe	Lorsque j'ai un problème compliqué à résoudre		
134		Je préfère me débrouiller seul(e) même si cela me pose des difficultés et prend du temps		
135		J'en parle pour me soulager et trouver ensemble une solution	X	
76	Facilité à travailler sous pression	Avoir plusieurs activités dans la journée :		
77		C'est stimulant et intéressant	X	
78		C'est stressant même épuisant		
61	Facilité à faire des tâches répétitives	Si je travaille chez une personne très ordonnée et soignée		
62		Je refais les poussières tous les matins sans problème, comme elle le souhaite	X	
63		Cela m'ennuie de toujours faire la même chose mais je le fais		
4	Sens de l'organisation	Lorsque je dois faire plusieurs choses		
5		Je réfléchis dans quel ordre je vais les faire	X	
6		Je commence par le plus rapide		
124	Relation de service	La dame chez qui j'interviens cherche une adresse pour un nouveau médecin		
125		Je lui dis de demander à sa fille		
126		Je lui apporte plusieurs noms et coordonnées	X	

Après avoir répondu au questionnaire

Questionnaire situations de la vie courante ①

139	Travail d'équipe	Lorsque je ne sais pas faire quelque chose		
140		Je préfère demander conseil à quelqu'un qui sait faire	X	
141		Je me débrouille tout(e) seul(e)		
16	Initiative	Dans ce que je fais, je préfère :		
17		Garder les mêmes habitudes		
18		Tenter de nouvelles expériences même si je risque de faire une erreur	X	
43	Sens des responsabilités	J'ai promis d'emmener les enfants au parc mais je suis invitée chez la voisine au dernier moment		
44		Je vais chez la voisine et j'irai au parc une autre fois		
45		Je vais au parc	X	



Questionnaire situations de la vie courante ①

Identification des compétences

Nom :

Prénom :

Date :

Chaque fois que la réponse correspond, mettre 1 dans la case de la compétence concernée :

Report des résultats	Notez 1 chaque fois que votre réponse correspond	Total sur 4
Sens de l'organisation		
Initiative		
Confiance en soi		
Sens des responsabilités		
Polyvalence		
Facilité à faire des tâches répétitives		
Facilité à travailler sous pression		
Sens de l'observation		
Adaptation		
Communication		
Relation de service		
Travail d'équipe		



Questionnaire situations de la vie courante ①

Identification des compétences

En fonction des résultats, classer les compétences dans le tableau suivant :

① Questionnaire situations de la vie courante			
Identification des compétences			
Ce sont mes compétences fortes	Je maîtrise ces compétences	Je peux améliorer ces compétences	Je dois travailler ces compétences
4 / 4	3 / 4	2 / 4	0 ou 1 / 4

Identifier ses compétences

② Questionnaire en contexte professionnel

Nom :

Prénom :

Date :

Mode d'emploi

Des situations en contexte professionnel ont été élaborées sous forme de questions à choix multiples. Il y a trois contextes professionnels différents : chez Madame D., chez Monsieur Albert et chez Madame M. Il y a 17 questions en tout.

Vous êtes dans un contexte professionnel : vous devez répondre aux questions en tant qu'aide à domicile. Pour chaque situation, vous avez le choix entre trois réponses.

Choisissez la réponse qui correspond le plus à ce que vous feriez dans la situation décrite.

Avant de commencer à répondre, lisez attentivement la description du contexte professionnel, elle contient des informations importantes qui vous permettront de répondre aux questions posées.

À la fin du questionnaire, et en fonction de vos réponses, vous obtiendrez un tableau indiquant vos compétences fortes, les compétences que vous maîtrisez, celles à améliorer et celles à travailler.

Contexte professionnel 1

J'arrive chez Madame D., 85 ans. C'est une personne un peu désorientée, perdue dans le temps, qui oublie les détails quotidiens.
Madame D. habite dans un appartement confortable de trois pièces.
Vous intervenez deux heures par jour, de 8 heures à 10 heures.
La famille et la voisine de Madame D. prennent ensuite le relais.

Tâches prescrites :

- ☐ toilette
- ☐ habillement
- ☐ petit déjeuner
- ☐ réfection de la chambre
- ☐ petites courses avec ou sans la personne aidée.

1. J'arrive chez Madame D., elle est assise dans son fauteuil, elle ne me dit pas bonjour :

- | | |
|---|--|
| a) Je me dis qu'elle est de mauvaise humeur et je vais directement à la cuisine. | |
| b) Je lui demande comment elle va, j'entame une conversation brève et je vais préparer le petit déjeuner. | |
| c) Je m'assois, je lui prends la main et j'entame une conversation. | |

2. En regardant dans le frigo pour trouver du lait pour le petit déjeuner, je trouve du steak haché dont la date limite de consommation est dépassée d'un jour :

- | | |
|---|--|
| a) Je le laisse dans le frigo, pour un jour ce n'est pas grave. | |
| b) Je le jette et je conseille à Madame D. de manger autre chose à la place. | |
| c) J'en parle à Madame D., je lui explique que je dois jeter le steak haché car il est périmé, je le jette et je lui conseille de manger autre chose. | |

3. Les toilettes sont sales. Madame D. dit qu'elle veut les nettoyer elle-même mais en fait elle ne les nettoie jamais. Je lui propose de les nettoyer mais elle refuse :	
a) Je lui dis que je vais aller aux toilettes et que je les nettoierai après les avoir utilisées.	
b) Je ne les nettoie pas, c'est elle qui décide.	
c) Je vais les nettoyer sans le lui dire.	
4. Madame D. a fait une toilette au lavabo toute seule et a remis ses vêtements de nuit et sa robe de chambre. Elle s'est rassise dans son fauteuil. Exceptionnellement , elle a décidé qu'elle ne s'habillerait pas, mais il faut aller faire quelques courses :	
a) Je lui dis que si elle refuse de s'habiller je vais le dire à sa fille qui vient cet après-midi.	
b) Je vais faire les courses tout(e) seul(e).	
c) Je l'emmène devant son armoire en lui disant que la robe marron lui va très bien et qu'en sortant elle pourra voir du monde et choisir ses légumes.	
5. Il est 9h55, je dois partir dans 5 minutes car j'interviens chez une autre personne. Madame D. réclame son journal quotidien :	
a) Je lui dis qu'il est trop tard et qu'elle pourra demander à sa fille ou à sa voisine d'aller acheter le journal.	
b) Je lui dis que je l'accompagne et nous allons ensemble chercher le journal.	
c) Je lui dis qu'aujourd'hui elle peut s'informer en regardant la télévision ou en écoutant la radio.	

Contexte professionnel 2

Monsieur Albert est très dépendant. Il a 35 ans. Il est hémiparétique et se déplace en fauteuil roulant électrique. Il n'a pas de trouble du langage. Il pèse 85 kilos. Il est marié et n'a pas d'enfant. Sa femme travaille. Il a de nombreuses passions dont l'informatique et la construction de maquettes.

Vous intervenez 3 heures par jour, de 9h à 12h.

Un kinésithérapeute, une infirmière et un orthophoniste interviennent également au domicile de Monsieur Albert. L'infirmière arrive à 9h30.

Tâches prescrites :

- ☐ Aide à la toilette
- ☐ habillage
- ☐ petit déjeuner
- ☐ réfection de la chambre
- ☐ stimulation et accompagnement
- ☐ préparation du repas du midi.

6. Le lit médicalisé est en panne et il faut lever Monsieur Albert et l'asseoir dans son fauteuil :

a) Je dis à Monsieur Albert comment je vais faire et je le lève.

b) Je lui dis de ne pas s'inquiéter, je me baisse, je l'attrape et je le sors du lit.

c) J'explique à Monsieur Albert comment on va faire pour se lever, je m'assure qu'il a compris et on y va.

7. Par malchance, nous tombons tous les deux par terre et Monsieur Albert me dit qu'il va bien et qu'il n'a pas mal :

a) Je le lève, je le prends et le mets dans son fauteuil.

b) Je l'installe dans une position confortable et j'attends que l'infirmière arrive.

c) J'appelle les pompiers.

8. Il est 9h30, l'infirmière est arrivée. Elle m'a aidé(e) à lever Monsieur Albert et à l'installer dans son fauteuil puis elle lui prodigue les soins infirmiers. Pendant ce temps :

a) Je la regarde faire pour voir si tout va bien.

b) Je vais préparer le petit déjeuner.

c) Je me remets de mes émotions et je prends une pause.

9. L'infirmière a terminé les soins, elle va repartir. C'est le moment de la toilette. Monsieur Albert aime se laver tous les jours dans la douche adaptée à son handicap :

a) Je demande à l'infirmière qu'elle m'aide à installer Monsieur Albert dans la douche où il y a une chaise adaptée.

b) Je laisse l'infirmière partir et je me débrouille tout(e) seule.

c) Pour éviter une nouvelle chute, je propose à Monsieur Albert une toilette au lavabo.

10. Au moment de la toilette, Monsieur Albert me demande de l'aider à se laver. Il s'excuse car il a une érection :

a) Très gêné(e), je quitte la salle de bain et je le laisse se débrouiller tout seul.

b) Je lui dis que cela peut arriver et je lui lave le dos.

c) Je lui dis qu'il exagère, que ça ne se fait pas, qu'il doit se calmer.

11. La toilette est terminée, Monsieur Albert est habillé. Il est 10h30.

a) Monsieur Albert me demande de regarder la télévision avec lui. Je m'installe à ses côtés. Je ferai le ménage demain.

b) J'allume la télévision et je l'installe devant puis je vais faire la chambre et un peu de rangement.

c) Je lui propose de terminer la maquette de bateau qu'il a commencé la semaine dernière, il accepte. Je l'aide à s'installer puis je vais faire la chambre et un peu de rangement.

12. Je vais à la cuisine préparer le repas avec Monsieur Albert. Pendant que j'épluche les pommes de terre, il me met la main aux fesses, c'est la première fois que cela arrive :

a) Je me déplace et je fais comme si de rien n'était.

b) Je lui mets une claque et lui dis que c'est un obsédé.

c) Je retire sa main et je lui dis que cela ne doit plus se reproduire.

Contexte professionnel 3

Madame M. se déplace difficilement. Elle a 86 ans. Vous intervenez chez elle tous les jours : 2 heures le matin (de 7h30 à 9h30) et 1h le midi (de 12h à 13h). Elle aime que tout soit bien rangé et très propre.

Tâches prescrites :

- ☐ Aide à la toilette
- ☐ habillement
- ☐ petit-déjeuner
- ☐ réfection de la chambre
- ☐ préparation du repas du midi.

13. Je dois être chez Madame M. à 7h30. Il est 7h40 et je vais arriver dans 20 minutes.

a) Je préviens Madame M.

b) Je me dis que ça peut arriver d'être en retard et qu'elle sera toujours chez elle.

c) J'essaierai de rattraper les 30 minutes, ce n'est pas très grave.

14. Après le petit déjeuner, j'aide Madame M. à faire sa toilette au lavabo. Elle vient de se faire opérer de la hanche et me dit que le pansement de sa cicatrice la gêne. Elle me demande de le changer.

a) Je le fais, c'est comme pour quelqu'un de ma famille.

b) J'appelle ma structure employeur pour savoir si je peux le faire.

c) Je lui explique que c'est l'infirmière qui doit changer le pansement.

15. Tous les matins Madame M. me demande de nettoyer le sol à la serpillière et de faire les poussières.

a) Je trouve cela inutile, ça m'agace. Je le fais quand même.

b) Je le fais car je comprends que c'est important pour Madame M. et ça ne me dérange pas de refaire la même chose.

c) Je lui explique que c'est propre et que je peux faire autre chose. Je vais directement faire le lit.

16. Madame M. m'accuse régulièrement d'avoir voler des objets que je finis toujours par retrouver. Aujourd'hui, je suis en train de faire le lit et elle me demande où sont les petites cuillères en argent et m'accuse de les avoir volées :

a) Je me mets à chercher les petites cuillères.

b) Je lui dis que l'on retrouve toujours ce qu'elle a perdu et je continue à faire le lit. J'appelle mon ou ma responsable pour faire un point sur ces accusations.

c) Je recherche les petites cuillères avec elle puis j'appelle mon ou ma responsable pour faire un point sur ces accusations.

17. Il est 12h30. Madame M. bénéficie du portage de repas à domicile. Elle n'a pas beaucoup d'appétit.

a) Je l'installe confortablement à table et je la laisse manger.

b) Je l'installe, je lui dis que ça a l'air très bon et qu'il faut qu'elle mange pour reprendre des forces.

c) Je présente les plats en les décorant avec de la couleur et je l'encourage à manger.



Après avoir répondu au questionnaire Questionnaire en contexte professionnel ②

Nom :

Prénom :

Date :

Objectifs

- ▶ Identifier les compétences mobilisées dans le cadre professionnel ;
- ▶ Comprendre comment intervenir dans un contexte professionnel, notamment par rapport aux limites de l'intervention et aux responsabilités de l'aide à domicile ;
- ▶ Faire le lien entre une attitude professionnelle et une compétence.

Après avoir répondu au questionnaire, vous obtenez deux informations :

- Une sur l'attitude adaptée au contexte professionnel
- l'autre sur les compétences mobilisées.

L'attitude adaptée au contexte professionnel

Pour chaque question :

- Une des réponses est **parfaitement** adaptée au contexte professionnel, elle permet d'identifier des compétences ;
- Une des réponses est adaptée au contexte professionnel, elle permet d'identifier moins de compétences que la réponse parfaitement adaptée ;
- Une ou deux des réponses n'est pas adaptée au contexte professionnel, il n'y a pas de compétences identifiées.

Pour certaine situation, une seule réponse est adaptée et les deux autres ne sont pas adaptées.

Les explications permettent de comprendre pourquoi la réponse est adaptée.

Les compétences mobilisées

Les réponses parfaitement adaptées et adaptées au contexte professionnel permettent d'identifier des compétences.

Remarque: plusieurs compétences sont mobilisées en même temps mais nous avons retenu celles qui étaient les plus importantes dans la situation donnée.

La compétence « sens de l'observation » n'est pas identifiée dans cet outil. La polyvalence et la facilité à faire des tâches répétitives ne sont identifiées qu'une seule fois chacune.

Les explications permettent de comprendre pourquoi telles compétences ont été identifiées.



Après avoir répondu au questionnaire Questionnaire en contexte professionnel ②

Comparer les réponses au questionnaire avec les réponses attendues et remplir le tableau *Attitude adaptée au contexte professionnel*. Chaque fois qu'une réponse permet d'identifier des compétences, noter 1 point dans la case qui correspond à la compétence dans le tableau *Compétences mobilisées* (page 17).

En fonction du total par compétences, vous obtiendrez un tableau indiquant vos compétences fortes, les compétences que vous maîtrisez, celles à améliorer et celles à travailler (tableau *Identification des compétences*, page 18).

Le tableau page 19 récapitule l'ensemble des réponses attendues et des compétences identifiées.

L'objectif du questionnaire est de faire le lien entre des situations professionnelles et des compétences grâce aux situations abordées et aux explications pour pouvoir valoriser son expérience en utilisant des compétences.

Lisez bien les explications

Les explications montrent en quoi telle réponse est adaptée au contexte professionnel et aident à comprendre pourquoi telle compétence est mobilisée.

Les explications vous aident à faire le lien entre une situation professionnelle et une compétence :

- vous pourrez expliquer pourquoi vous estimez maîtriser telle compétence en donnant des exemples concrets de situations professionnelles,
- les situations et les explications aident à mettre des mots, en utilisant des compétences, sur votre expérience professionnelle.

Remarques

Dans l'aide à domicile, chaque situation est différente et il n'y a pas une seule attitude possible et parfaite. En fonction d'un ensemble de facteurs (la relation de confiance établie avec la personne aidée, les outils techniques à disposition, l'implication des autres intervenants (infirmière, aidant familial...), les ressources financières...), l'attitude professionnelle la plus adaptée pourra être différente face à une situation sensiblement identique.

Toutefois, le périmètre d'intervention de l'aide à domicile impose des limites et des responsabilités : ce sont le périmètre d'intervention et les responsabilités de l'aide à domicile qui ont été retenus pour identifier l'attitude professionnelle la plus adaptée. C'est pourquoi les différentes situations retenues permettent d'aborder les pratiques professionnelles et les principales caractéristiques du métier d'aide à domicile.

Tableau des attitudes adaptées et des compétences identifiées

Contexte professionnel 1

J'arrive chez Madame D., 85 ans. C'est une personne un peu désorientée, perdue dans le temps, qui oublie les détails quotidiens.

Madame D. habite dans un appartement confortable de trois pièces.

Vous intervenez deux heures par jour, de 8 heures à 10 heures.

La famille et la voisine de Madame D. prennent ensuite le relais.

Tâches prescrites :

- ☐ toilette
- ☐ habillement
- ☐ petit déjeuner
- ☐ réfection de la chambre
- ☐ petites courses avec ou sans la personne aidée.

1. J'arrive chez Madame D., elle est assise dans son fauteuil, elle ne me dit pas bonjour :

a) Je me dis qu'elle est de mauvaise humeur et je vais directement à la cuisine.	0		
b) Je lui demande comment elle va, j'entame une conversation brève et je vais préparer le petit déjeuner.	2	Sens de l'organisation Communication	
c) Je m'assois, je lui prends la main et j'entame une conversation.	1	Communication	

Explications

La personne aidée ne dit pas bonjour, son comportement indique qu'elle n'est peut-être pas en forme aujourd'hui. Je m'intéresse à sa situation en lui demandant comment elle va et je prends le temps de discuter (communication) pour la rassurer sans oublier que je dois préparer le petit déjeuner et que je n'interviens que deux heures à son domicile (sens de l'organisation). Je peux par exemple lui proposer de venir préparer le petit déjeuner avec moi.

2. En regardant dans le frigo pour trouver du lait pour le petit déjeuner, je trouve du steak haché dont la date limite de consommation est dépassée d'un jour :

a) Je le laisse dans le frigo, pour un jour ce n'est pas grave.	0		
b) Je le jette et je lui dis de manger autre chose à la place.	1	Initiative Sens des responsabilités	
c) J'en parle à Madame D., je lui explique que je dois jeter le steak haché car il est périmé, je le jette et je lui conseille de manger autre chose.	2	Initiative Sens des responsabilités Communication	

Explications

Il ne faut pas consommer un aliment après la date de péremption. J'en parle à Madame D. pour lui expliquer (communication) pourquoi je jette la viande hachée, de cette manière je l'informe qu'il n'y a plus de viande hachée et je la sensibilise au fait qu'il est dangereux de consommer des aliments périmés. Si chez moi il m'arrive de consommer des aliments dont la date limite est dépassée, dans le cadre professionnel de l'aide à domicile, je ne prends pas le risque (sens des responsabilités). Je le note dans le cahier de liaison en précisant qu'il faut être vigilant avec les dates de péremption. En jetant le steak et en lui conseillant de manger autre chose à la place (initiative).

Je peux regarder dans le réfrigérateur et dans les placards pour vérifier qu'il n'y a pas d'autres produits périmés.

3. Les toilettes sont sales. Madame D. dit qu'elle veut les nettoyer elle-même mais en fait elle ne les nettoie jamais. Je lui propose de les nettoyer mais elle refuse :

a) Je lui dis que je vais aller aux toilettes et que je les nettoierai après les avoir utilisées.	2	Sens des responsabilités Adaptation Relation de service	
b) Je ne les nettoie pas, c'est elle qui décide.	0		
c) Je vais les nettoyer sans le lui dire.	1	Sens des responsabilités	

Explications

Madame D. refuse que je nettoie les toilettes mais, dans mes missions, je dois veiller à l'hygiène et maintenir les toilettes propres : il faut que je nettoie les toilettes malgré le refus de Madame D. Assurer l'hygiène relève de mon action (sens des responsabilités). En lui disant que je vais aux toilettes et que je les nettoierai après les avoir utilisées, j'utilise une astuce : mon utilisation personnelle justifie que je nettoie les toilettes, je donne un nouveau contexte à mon action (adaptation). Je ne cache donc pas à Madame D. que je vais nettoyer les toilettes pour maintenir une relation de confiance (relation de service). En effet, si je ne lui dis pas que je les nettoie et qu'elle s'en aperçoit, elle pourra me le reprocher et ne plus avoir confiance en moi.

4. Madame D. a fait une toilette au lavabo toute seule et a remis ses vêtements de nuit et sa robe de chambre. Elle s'est rassise dans son fauteuil. **Exceptionnellement**, elle a décidé qu'elle ne s'habillerait pas, mais il faut aller faire quelques courses :

a) Je lui dis que si elle refuse de s'habiller je vais le dire à sa fille qui vient cet après-midi.	0		
b) Je vais faire les courses tout(e) seul(e).	1	Initiative Relation de service	
c) Je l'emmène devant son armoire en lui disant que la robe marron lui va très bien et qu'en sortant elle pourra voir du monde et choisir ses légumes.	2	Initiative Adaptation Communication Relation de service	

Explications

Exceptionnellement Madame D. ne semble pas vouloir aller faire les courses, ce qui suppose que d'habitude elle aime aller faire les courses. J'essaie de la motiver (adaptation) en lui proposant de choisir sa robe (initiative), en ayant un mot gentil et en lui rappelant les côtés positifs d'une sortie (communication). Aller faire les courses est un moyen de maintenir la vie sociale et d'éviter l'exclusion de la personne âgée (relation de service).

Comme l'attitude de Madame D. est exceptionnelle et que je peux la laisser seule un instant (dans les tâches prescrites, je fais de petites courses avec ou sans la personne aidée), je peux décider d'aller en course seul(e) (initiative).

L'utilisation du chantage ou de la menace n'est ni une attitude professionnelle, ni respectueuse de la personne aidée.

5. Il est 9h55, je dois partir dans 5 minutes car j'interviens chez une autre personne, Madame D. réclame son journal quotidien :

a) Je lui dis qu'il est trop tard et qu'elle pourra demander à sa fille ou à sa voisine d'aller acheter le journal.	2	Confiance en soi Sens des responsabilités Relation de service Travail d'équipe	
b) Je lui dis que je l'accompagne et nous allons ensemble chercher le journal.	0		
c) Je lui dis qu'aujourd'hui elle peut s'informer en regardant la télévision ou en écoutant la radio.	1	Confiance en soi Relation de service	

Explications

Mon intervention chez Madame D. se termine dans 5 minutes et je dois ensuite me rendre chez une autre personne : si je vais chercher le journal, je dépasserai mes horaires et je serai en retard dans mon planning (sens des responsabilités). Je dois donc mettre des limites (confiance en soi) et expliquer à Madame D. que je ne peux pas aller chercher son journal car sinon je vais être en retard. Sachant que sa fille et sa voisine prennent le relais après mon départ, elles pourront aller lui acheter : je trouve une solution pour prendre en compte la demande de Madame D. (relation de service) et je compte sur les autres intervenants (travail d'équipe). Je peux leur laisser un mot à ce sujet.

L'important dans cette situation est de respecter son planning. Si je lui propose une alternative (regarder la télévision ou écouter la radio), je pose bien des limites (sens des responsabilités) mais comme je ne propose pas de solution pour l'achat du journal, je prends moins en compte le souhait de Madame D. (relation de service) et je ne sollicite pas les autres intervenants (travail d'équipe).

Contexte professionnel 2

Monsieur Albert est très dépendant. Il a 35 ans. Il est hémiparétique et se déplace en fauteuil roulant électrique. Il n'a pas de trouble du langage. Il pèse 85 kilos. Il est marié et n'a pas d'enfant. Sa femme travaille. Il a de nombreuses passions dont l'informatique et la construction de maquettes.

Vous intervenez 3 heures par jour, de 9h à 12h.

Un kinésithérapeute, une infirmière et un orthophoniste interviennent également au domicile de Monsieur Albert. L'infirmière arrive à 9h30.

Tâches prescrites :

- ☐ Aide à la toilette
- ☐ habillage
- ☐ petit déjeuner
- ☐ réfection de la chambre
- ☐ stimulation et accompagnement
- ☐ préparation du repas du midi.

6. Le lit médicalisé est en panne et il faut lever Monsieur Albert et l'asseoir dans son fauteuil :

a) Je dis à Monsieur Albert comment je vais faire et je le lève.	1	Adaptation	
b) Je lui dis de ne pas s'inquiéter, je me baisse, je l'attrape et je le sors du lit.	0		
c) J'explique à Monsieur Albert comment on va faire pour se lever, je m'assure qu'il a compris et on y va.	2	Facilité à travailler sous pression Adaptation Communication	

Explications

Je me trouve dans une situation inhabituelle, et qui présente un risque (travail sous pression) : le lit médicalisé est en panne et Monsieur Albert pèse 85 kilos. Cependant, Monsieur Albert est hémiparétique, il peut donc m'aider à le lever. Malgré la difficulté de la situation, je prends le temps (facilité à travailler sous pression) de lui expliquer comment nous allons faire, ensemble (adaptation), et je m'assure qu'il a compris pour qu'il puisse m'aider (communication). Comme il a compris, il y aura moins de risque de chute. Si je lui dis seulement comment je vais faire, je ne l'inclus pas dans l'action et il ne saura pas comment m'aider.

7. Par malchance, nous tombons tous les deux par terre et Monsieur Albert me dit qu'il va bien et qu'il n'a pas mal :

a) Je le lève, je le prends et le mets dans son fauteuil.	0		
b) Je l'installe dans une position confortable et j'attends que l'infirmière arrive.	2	Sens des responsabilités Facilité à travailler sous pression Adaptation Travail d'équipe	
c) J'appelle les pompiers.	0		

Explications

Monsieur Albert précise qu'il va bien et qu'il n'a pas mal. La situation est donc stressante (travail sous pression) mais il n'y a pas de risque ni de danger : je n'appelle pas les pompiers d'autant plus que l'infirmière arrive à 9h30. Je garde mon calme, je ne panique pas (facilité à travailler sous pression). Par mesure de précaution et pour assurer ma sécurité et celle de Monsieur Albert, je ne le lève pas tout(e) seul(e) (sens des responsabilités), j'attends l'infirmière pour le lever (travail d'équipe). Monsieur Albert a précisé qu'il n'avait pas mal, je l'installe confortablement (adaptation). Une seule des trois réponses est adaptée au contexte professionnel.

8. Il est 9h30, l'infirmière est arrivée. Elle m'a aidé(e) à lever Monsieur Albert et à l'installer dans son fauteuil puis elle lui donne les soins infirmiers. Pendant ce temps :

a) Je la regarde faire pour voir si tout va bien.	0		
b) Je vais préparer le petit déjeuner.	2	Sens de l'organisation Facilité à travailler sous pression Travail d'équipe	
c) Je me remets de mes émotions et je prends une pause.	0		

Explications

Maintenant que l'infirmière est arrivée, elle a pris en charge Monsieur Albert (travail d'équipe), je peux continuer à faire les tâches que je dois réaliser pendant mon intervention, sans perdre de temps (sens de l'organisation). Je vais donc préparer le petit déjeuner. J'ai bien géré la situation, je n'ai pas perdu mes moyens (facilité à travailler sous pression), je n'ai donc pas besoin de prendre une pause.

9. L'infirmière a terminé les soins, elle va repartir. C'est le moment de la toilette. Monsieur Albert aime se laver tous les jours dans la douche adaptée à son handicap.			
a) Je demande à l'infirmière qu'elle m'aide à installer Monsieur Albert dans la douche où il y a une chaise adaptée.	2	Initiative Sens des responsabilités Relation de service Travail d'équipe	
b) Je laisse l'infirmière partir et je me débrouille tout(e) seule.	0		
c) Pour éviter une nouvelle chute, je propose à Monsieur Albert une toilette au lavabo.	1	Initiative Sens des responsabilités	

Explications

Monsieur Albert a l'habitude de se laver dans la douche qui dispose d'une chaise adaptée à son handicap. Je suis tombé(e) ce matin avec Monsieur Albert, mais il n'a pas du tout souffert. Pour le rassurer et ne pas prendre de risque (sens des responsabilités), je profite que l'infirmière soit toujours là pour lui demander (initiative) de m'aider (travail d'équipe). Ainsi, Monsieur Albert pourra prendre une douche, comme d'habitude (relation de service) et je travaille en équipe avec un autre intervenant.

Si je laisse partir l'infirmière, je peux proposer une toilette au lavabo (initiative) et ainsi éviter le risque de nouvelle chute (sens des responsabilités), mais du coup, Monsieur Albert ne prendra pas de douche.

10. Au moment de la toilette, Monsieur Albert me demande de l'aider à se laver. Il s'excuse car il a une érection :			
a) Très gêné(e), je quitte la salle de bain et je le laisse se débrouiller tout seul.	0		
b) Je lui dis que cela peut arriver et je lui lave le dos.	2	Confiance en soi Facilité à travailler sous pression Relation de service	
c) Je lui dis qu'il exagère, que ça ne se fait pas, qu'il doit se calmer.	0		

Explications

La situation est déstabilisante (travail sous pression) mais l'érection est une chose naturelle : Monsieur Albert s'excuse, la situation est aussi gênante pour l'aide à domicile que pour Monsieur Albert. Je dois garder une posture professionnelle (relation de service) et éviter de rendre la situation encore plus gênante en le laissant seul. Je ne suis pas déstabilisé(e) (facilité à travailler sous pression) et je lui dis que cela peut arriver (confiance en soi). La situation ne justifie pas que je laisse Monsieur Albert, sauf s'il en avait fait la demande. S'il me demande de le laisser, par respect pour son intimité, je quitte la pièce.

11. La toilette est terminée, Monsieur Albert est habillé. Il est 10h30.

a) Monsieur Albert me demande de regarder la télévision avec lui. Je m'installe à ses côtés. Je ferai le ménage demain.	0		
b) J'allume la télévision et je l'installe devant puis je vais faire la chambre et un peu de rangement.	1	Sens de l'organisation	
c) Je lui propose de terminer la maquette de bateau qu'il a commencé la semaine dernière, il accepte. Je l'aide à s'installer puis je vais faire la chambre et un peu de rangement.	2	Sens de l'organisation Initiative Communication Relation de service	

Explications

Je dois maintenant faire la chambre et un peu de rangement : cela fait partie de mes tâches quotidiennes. Pendant ce temps, Monsieur Albert va rester seul (sens de l'organisation).

En lui proposant de continuer sa maquette de bateau (communication) et en l'installant (initiative), je tiens compte du fait qu'il n'est pas facile pour Monsieur Albert, qui est en fauteuil roulant, d'installer sa maquette, et je l'encourage dans ses activités de loisirs (relation de service). L'objectif d'une intervention auprès d'une personne atteinte d'une hémiplégie est de tout mettre en œuvre pour le développement de l'autonomie dans les déplacements et dans les activités de la vie quotidienne.

S'il ne me l'a pas demandé, je ne dois pas allumer la télévision et l'installer devant, cela revient à décider à sa place et à l'infantiliser.

12. Je vais à la cuisine préparer le repas avec Monsieur Albert. Pendant que j'épluche les pommes de terre, il me met la main aux fesses, c'est la première fois que cela arrive :			
a) Je me déplace et je fais comme si de rien n'était.	0		
b) Je lui mets une claque et lui dis que c'est un obsédé.	0		
c) Je retire sa main et je lui dis que cela ne doit plus se reproduire.	2	Confiance en soi Facilité à travailler sous pression Communication	

Explications

Contrairement à l'érection dans la salle de bain, la main aux fesses de Monsieur Albert est un geste volontaire et sans équivoque. Je dois clairement dire (communication) à Monsieur Albert qu'il ne peut pas faire ce geste (confiance en soi) et que cela ne doit pas se reproduire, en gardant mon calme et sans agressivité (facilité à travailler sous pression). J'informe ma structure.

Contexte professionnel 3

Madame M. se déplace difficilement. Elle a 86 ans. Vous intervenez chez elle tous les jours : 2 heures le matin (de 7h30 à 9h30) et 1h le midi (de 12h à 13h). Elle aime que tout soit bien rangé et très propre.

Tâches prescrites :

- ☐ Aide à la toilette
- ☐ habillage
- ☐ petit-déjeuner
- ☐ réfection de la chambre
- ☐ préparation du repas du midi.

13. Je dois être chez Madame M. à 7h30. Il est 7h40 et je vais arriver dans 20 minutes :

a) Je préviens Madame M.	2	Initiative Facilité à travailler sous pression Relation de service	
b) Je me dis que ça peut arriver d'être en retard et qu'elle sera toujours chez elle.	0		
c) J'essaierai de rattraper les 30 minutes, ce n'est pas très grave.	0		

Explications

Lorsque je suis en retard (travail sous pression), je prends l'initiative d'appeler la personne aidée par politesse et pour qu'elle ne s'inquiète pas (relation de service). Je préviens ma structure de ce retard et nous décidons de ce qu'il faut faire.

14. Après le petit déjeuner, j'aide Madame M. à faire sa toilette au lavabo. Elle vient de se faire opérer de la hanche et a mal à sa cicatrice. Elle me demande de lui faire une piqûre pour la soulager.

a) Je le fais, c'est comme pour quelqu'un de ma famille.	0		
b) J'appelle ma structure employeur pour savoir si je peux le faire.	1	Sens des responsabilités Travail d'équipe	
c) Je lui explique que c'est l'infirmière qui doit changer le pansement.	2	Sens des responsabilités Relation de service Travail d'équipe	

Explications

Il est légalement interdit aux aides à domicile d'effectuer des actes médicaux ou infirmiers comme par exemple faire des piqûres, faire des pansements, prendre la tension (sens des responsabilités). Ce sont des actes de soin réalisés par l'infirmière, je l'explique à Madame M. pour qu'elle comprenne mon refus (relation de service).

Lorsque je travaille pour une structure, si j'ai un doute sur les limites de mon intervention, j'appelle ma structure (travail d'équipe).

Par ailleurs, même si j'ai déjà effectué certains gestes ou actes dans le contexte personnel et que ça me paraît simple, cela ne signifie pas qu'ils sont transposables dans une situation professionnelle ; il est important d'intégrer les limites de la fonction, en particulier pour tout ce qui touche au soin (sens des responsabilités).

15. Tous les matins Madame M. me demande de nettoyer le sol à la serpillière et de faire les poussières

a) Je trouve cela inutile, ça m'agace. Je le fais quand même.	1	Adaptation Relation de service	
b) Je le fais car je comprends que c'est important pour Madame M. et ça ne me dérange pas de refaire la même chose.	2	Facilité à faire des tâches répétitives Adaptation Relation de service	
c) Je lui explique que c'est propre et que je peux faire autre chose. Je vais directement faire le lit.	0		

Explications

Madame M. aime que tout soit bien rangé et très propre : il est donc important pour elle que je nettoie le sol et que je fasse les poussières (adaptation), je dois le faire même si ce n'est pas agréable (relation de service). Si je le fais tous les jours sans que cela me dérange, c'est que j'ai des facilités à faire des tâches répétitives.

16. Madame M. m'accuse **régulièrement** d'avoir voler des objets que je finis toujours par retrouver. Aujourd'hui, je suis en train de faire le lit et elle me demande où sont les petites cuillères en argent et m'accuse de les avoir volées :

a) Je me mets à chercher les petites cuillères.	0		
b) Je lui dis que l'on retrouve toujours ce qu'elle a perdu et je continue à faire le lit. J'appelle mon ou ma responsable pour faire un point sur ces accusations.	2	Sens de l'organisation Confiance en soi Communication Travail d'équipe	
c) Je recherche les petites cuillères avec elle puis j'appelle mon ou ma responsable pour faire un point sur ces accusations.	1	Travail d'équipe	

Explications

Madame M. m'accuse régulièrement de voler des objets que nous finissons toujours par retrouver. Cette situation ne peut pas durer : je ne peux pas continuellement arrêter ce que je suis en train de faire. Il faut que Madame M. cesse de m'accuser et qu'elle ait plus confiance en moi. En lui rappelant que l'on retrouve les objets et en continuant à faire le lit (communication), je lui indique que ces accusations sont fausses (confiance en soi) et je continue à réaliser mes tâches (sens de l'organisation).
Je dois parler de cette situation avec mon ou ma responsable et essayer de trouver une solution (travail d'équipe)

17. Il est 12h30. Madame M. bénéficie du portage de repas à domicile. Elle n'a pas beaucoup d'appétit.

a) Je l'installe confortablement à table et je la laisse manger.	0		
b) Je l'installe, je lui dis que ça a l'air très bon et qu'il faut qu'elle mange pour reprendre des forces.	1	Communication	
c) Je présente les plats en les décorant avec de la couleur et je l'encourage à manger.	2	Initiative Polyvalence Communication Relation de service	

Explications

L'appétit peut diminuer avec l'âge. Il est important de veiller à ce que les personnes âgées s'alimentent correctement.

Mme M. n'a pas d'appétit, je m'intéresse à sa situation, je l'encourage (communication). En décorant (polyvalence) les plats avec des tomates et du persil par exemple, j'essaie donc de rendre le repas attractif. Je fais preuve d'initiative et je m'assure de la qualité du service rendu (relation de service).

Chaque situation est particulière et les attentes des personnes âgées sont différentes. Cependant, j'essaie d'éviter d'infantiliser Madame M. en lui donnant à manger ou en m'installant à côté d'elle en attendant qu'elle ait fini son assiette.



Questionnaire en contexte professionnel ②

Identification des compétences

Tableau récapitulatif des réponses attendues et des compétences identifiées					
1	a	0			
	b	2	Sens de l'organisation	Communication	
	c	1		Communication	
2	a	0			
	b	1	Initiative	Sens des responsabilités	
	c	2	Initiative	Sens des responsabilités	Communication
3	a	2	Sens des responsabilités	Adaptation	Relation de services
	b	0			
	c	1	Sens des responsabilités		
4	a	0			
	b	1	Initiative		Relation de service
	c	2	Initiative	Adaptation	Communication
5	a	2	Confiance en soi	Sens des responsabilités	Relation de service
	b	0			
	c	1	Confiance en soi		Relation de service
6	a	1		Adaptation	
	b	0			
	c	2	Facilité à travailler sous pression	Adaptation	Communication
7	a	0			
	b	2	Sens des responsabilités	Facilité à travailler sous pression	Adaptation
	c	0			
8	a	0			
	b	2	Sens de l'organisation	Facilité à travailler sous pression	Travail d'équipe
	c	0			
9	a	2	Initiative	Sens des responsabilités	Relation de service
	b	0			
	c	1	Initiative	Sens des responsabilités	
10	a	0			
	b	2	Confiance en soi	Facilité à travailler sous pression	Relation de service
	c	0			
11	a	0			
	b	1	Sens de l'organisation		
	c	2	Sens de l'organisation	Initiative	Communication
12	a	0			
	b	0			
	c	2	Confiance en soi	Facilité à travailler sous pression	Communication
13	a	2	Initiative	Facilité à travailler sous pression	Relation de service
	b	0			
	c	0			
14	a	0			
	b	1	Sens des responsabilités		Travail d'équipe
	c	2	Sens des responsabilités	Relation de service	Travail d'équipe
15	a	1		Adaptation	Relation de service
	b	2	Facilité à faire des tâches répétitives	Adaptation	Relation de service
	c	0			
16	a	0			
	b	2	Sens de l'organisation	Confiance en soi	Communication
	c	1			Travail d'équipe
17	a	0			
	b	1			Communication
	c	2	Initiative	Polyvalence	Communication



Questionnaire en contexte professionnel ②

Identification des compétences

Nom :
Prénom :
Date :

Remplir au fur et à mesure les deux tableaux suivants.

Questionnaire contexte professionnel		
Attitude adaptée au contexte professionnel		
Réponses parfaitement adaptées	Réponses adaptées	Réponses non adaptées au contexte professionnel
Résultats	Résultats	Résultats
Sur 17 situations	Sur 12 situations*	Sur 17 situations

*Pour 5 situations il y a une réponse parfaitement adaptées et deux réponses non adaptées.

Questionnaire situations de la vie courante			
Compétences mobilisées			
	Notez le total par compétence en fonction de vos réponses	Nombre de fois où la compétence est identifiée dans tout le questionnaire	Pourcentage*
Sens de l'organisation		Sur 4	
Initiative		Sur 7	
Confiance en soi		Sur 4	
Sens des responsabilités		Sur 6	
Polyvalence		Sur 1	
Facilité à faire des tâches répétitives		Sur 1	
Facilité à travailler sous pression		Sur 6	
Sens de l'observation			
Adaptation		Sur 5	
Communication		Sur 8	
Relation de service		Sur 10	
Travail d'équipe		Sur 6	

*Calcul du résultat : (nombre de fois où la compétence est identifiée par une réponse choisie) / (nombre de fois où la compétence est identifiée dans toutes les situations du questionnaire) x 100

Reporter les résultats du tableau Compétences mobilisées dans le tableau *Identification des compétences*.



Questionnaire en contexte professionnel ②

Identification des compétences

En fonction des résultats, classer les compétences dans le tableau suivant :

② Questionnaire Contexte professionnel			
Identification des compétences			
Ce sont mes compétences fortes 89 à 100%	Je maîtrise ces compétences de 70 à 88%	Je peux améliorer ces compétences de 51% à 69%	Je dois travailler ces compétences de 0 à 50%



Identifier ses compétences

③ Autopositionnement

Nom :
Prénom :
Date :

Mode d'emploi

L'autopositionnement permet de se positionner par rapport à des situations, de manière autonome, pour mieux se connaître.

Il y a quatre situations par compétence, soit 48 situations en tout.

Il ne s'agit pas d'une évaluation. Il s'agit d'identifier ses compétences pour pouvoir les valoriser en traduisant ce que l'on fait par une compétence.

Une compétence peut être mobilisée dans différentes situations. Pour chaque compétence, quatre situations permettent d'illustrer la compétence. Il y a 48 situations. Les situations ont été mélangées.

Pour chaque situation, vous devez vous positionner dans l'une des cases suivantes :

Honnêtement ce n'est vraiment pas moi	Cela me ressemble un peu	Cela me ressemble	C'est tout à fait moi
---------------------------------------	--------------------------	-------------------	-----------------------

Choisissez la réponse qui correspond le plus à ce que vous feriez dans la situation décrite.

Dans cet exercice, il est essentiel de répondre de manière spontanée et de manière sincère. Vous faites cet exercice pour vous-même.

À la fin du questionnaire, et en fonction de vos réponses, vous obtiendrez un tableau indiquant vos compétences fortes, les compétences que vous maîtrisez, celles à améliorer et celles à travailler.

		Honnêtement ce n'est vraiment pas moi	Cela me ressemble un peu	Cela me ressemble	C'est tout à fait moi
1	Avant d'accepter de faire quelque chose, j'essaie de voir si je serai capable de le réaliser				
2	Dans mon travail, je réalise l'ensemble des tâches même celles que je n'aime pas faire				
3	Dans un groupe, j'essaie d'aider les autres à faire leur travail				
4	J'accepte des défis même s'ils sont difficiles				
5	J'accepte que quelqu'un pense d'une manière différente de la mienne sans me sentir personnellement attaqué(e)				
6	J'ai une vue d'ensemble des tâches que j'ai à accomplir				
7	J'aime travailler avec d'autres personnes				
8	J'écoute les gens et je comprends leurs besoins				
9	J'essaie des façons différentes de faire des activités				
10	J'établis facilement une relation de confiance				
11	Dans un groupe, je pense au but commun				
12	J'utilise mon temps de la façon la plus efficace possible				
13	J'aime apprendre à faire de nouvelles choses				

		Honnêtement ce n'est vraiment pas moi	Cela me ressemble un peu	Cela me ressemble	C'est tout à fait moi
14	Je change mes plans quand il y a un imprévu				
15	Je donne mon opinion même si la personne avec qui je parle n'est pas d'accord avec moi				
16	Je fais attention à ce que je fais même si c'est toujours la même chose				
17	Je fais les choses de la même façon				
18	Je finis un travail urgent sans paniquer				
19	Avant d'agir, je pense aux conséquences possibles de mes actes				
20	Je garde mon calme même si je n'ai pas beaucoup de temps				
21	Je m'habitue rapidement au fonctionnement de nouveaux appareils				
22	Je m'adapte à différentes façons de faire les choses				
23	Je me sens à l'aise avec n'importe qui				
24	Je me sens plus à l'aise quand je fais toujours la même chose				
25	Je note dans ma tête les détails				
26	Je garde le contrôle de moi-même lorsque j'ai beaucoup de travail				

		Honnêtement ce n'est vraiment pas moi	Cela me ressemble un peu	Cela me ressemble	C'est tout à fait moi
27	Je prends le risque de faire critiquer mon travail				
28	Je propose des solutions pratiques à toutes sortes de problèmes				
29	Je refuse de m'engager à faire quelque chose si je n'ai pas le temps de le faire				
30	Je remarque beaucoup de détails que d'autres ne voient pas				
31	Je respecte les délais qui me sont fixés				
32	Je respecte les habitudes et l'intimité des personnes				
33	Je sais ce que j'ai à faire sans avoir besoin d'attendre qu'on me le dise				
34	Je sais faire beaucoup de choses très différentes				
35	Je sais me préserver, me protéger				
36	Je sais tout de suite quoi faire lorsqu'il y a un imprévu				
37	Je sens comment va quelqu'un sans qu'il ait à me le dire				
38	Je suis à l'aise avec des personnes qui ont des façons de faire ou d'être différentes				
39	Je suis agréable avec les personnes que je rencontre				

		Honnêtement ce n'est vraiment pas moi	Cela me ressemble un peu	Cela me ressemble	C'est tout à fait moi
40	Je suis attentive aux besoins des personnes				
41	Je suis capable de me motiver lorsque je fais plusieurs fois la même chose				
42	Je suis sensible à de petits changements				
43	Je trouve par moi-même des moyens de faire de nouvelles choses				
44	Je vois ce qui se passe autour de moi				
45	J'essaie de déterminer si une tâche est plus importante qu'une autre.				
46	Je fais beaucoup de choses en même temps				
47	Quand je suis dans un groupe, je fais ma part du travail				
48	Si j'accepte de faire quelque chose, on peut compter sur moi				



Après avoir répondu au questionnaire **Autopositionnement ③**

Nom :

Prénom :

Date :

Objectifs

- ▶ Se positionner de manière autonome par rapport aux situations proposées ;
- ▶ Mieux se connaître ;
- ▶ S'approprier les définitions des compétences.

Identifier à quelle compétence correspond chaque situation et remplir le tableau des résultats (page 6) en fonction de l'autopositionnement. Avec le total par compétences, vous obtiendrez un tableau indiquant vos compétences fortes, les compétences que vous maîtrisez, celles à améliorer et celles à travailler (tableau *Identification des compétences*, page 7). Pour ce faire, reportez les compétences dans le tableau *Identification des compétences* (page 7) en fonction du total obtenu pour chaque compétence.

A la fin du document (page 8), les différentes situations sont classées par compétences. Les différentes situations proposées aident à comprendre la définition des compétences et à faire le lien entre une situation et une compétence. Les situations proposées sont autant d'exemples qui permettent d'expliquer pourquoi on estime maîtriser une compétence.

Les situations classées par compétence aident à comprendre la définition des compétences pour pouvoir utiliser des compétences pour valoriser son expérience.

Tableau de correspondance des situations avec les compétences

1	Avant d'accepter de faire quelque chose, j'essaie de voir si je serai capable de le réaliser	Sens des responsabilités
2	Dans mon travail, je réalise l'ensemble des tâches même celles que je n'aime pas faire	Polyvalence
3	Dans un groupe, j'essaie d'aider les autres à faire leur travail	Travail d'équipe
4	J'accepte des défis même s'ils sont difficiles	Confiance en soi
5	J'accepte que quelqu'un pense d'une manière différente de la mienne sans me sentir personnellement attaqué(e)	Confiance en soi
6	J'ai une vue d'ensemble des tâches que j'ai à accomplir	Sens de l'organisation
7	J'aime travailler avec d'autres personnes	Travail d'équipe
8	J'écoute les gens et je comprends leurs besoins	Communication
9	J'essaie des façons différentes de faire des activités	Adaptation
10	J'établis facilement une relation de confiance	Relation de service
11	Dans un groupe, je pense au but commun	Travail d'équipe
12	J'utilise mon temps de la façon la plus efficace possible	Sens de l'organisation
13	J'aime apprendre à faire de nouvelles choses	Polyvalence

14	Je change mes plans quand il y a un imprévu	Adaptation
15	Je donne mon opinion même si la personne avec qui je parle n'est pas d'accord avec moi	Confiance en soi
16	Je fais attention à ce que je fais même si c'est toujours la même chose	Facilité à faire des tâches répétitives
17	Je fais les choses de la même façon	Facilité à faire des tâches répétitives
18	Je finis un travail urgent sans paniquer	Facilité à travailler sous pression
19	Avant d'agir, je pense aux conséquences possibles de mes actes	Sens des responsabilités
20	Je garde mon calme même si je n'ai pas beaucoup de temps	Facilité à travailler sous pression
21	Je m'habitue rapidement au fonctionnement de nouveaux appareils	Polyvalence
22	Je m'adapte à différentes façons de faire les choses	Adaptation
23	Je me sens à l'aise avec n'importe qui	Communication
24	Je me sens plus à l'aise quand je fais toujours la même chose	Facilité à faire des tâches répétitives
25	Je note dans ma tête les détails	Sens de l'observation
26	Je garde le contrôle de moi-même lorsque j'ai beaucoup de travail	Facilité à travailler sous pression

27	Je prends le risque de faire critiquer mon travail	Confiance en soi
28	Je propose des solutions pratiques à toutes sortes de problèmes	Initiative
29	Je refuse de m'engager à faire quelque chose si je n'ai pas le temps de le faire	Sens des responsabilités
30	Je remarque beaucoup de détails que d'autres ne voient pas	Sens de l'observation
31	Je respecte les délais qui me sont fixés	Sens de l'organisation
32	Je respecte les habitudes et l'intimité des personnes	Relation de service
33	Je sais ce que j'ai à faire sans avoir besoin d'attendre qu'on me le dise	Initiative
34	Je sais faire beaucoup de choses très différentes	Polyvalence
35	Je sais me préserver, me protéger	Relation de service
36	Je sais tout de suite quoi faire lorsqu'il y a un imprévu	Initiative
37	Je sens comment va quelqu'un sans qu'il ait à me le dire	Communication
38	Je suis à l'aise avec des personnes qui ont des façons de faire ou d'être différentes	Adaptation
39	Je suis agréable avec les personnes que je rencontre	Communication

40	Je suis attentive aux besoins des personnes	Relation de service
41	Je suis capable de me motiver lorsque je fais plusieurs fois la même chose	Facilité à faire des tâches répétitives
42	Je suis sensible à de petits changements	Sens de l'observation
43	Je trouve par moi-même des moyens de faire de nouvelles choses	Initiative
44	Je vois ce qui se passe autour de moi	Sens de l'observation
45	J'essaie de déterminer si une tâche est plus importante qu'une autre.	Sens de l'organisation
46	Je fais beaucoup de chose en même temps	Facilité à travailler sous pression
47	Quand je suis dans un groupe, je fais ma part du travail	Travail d'équipe
48	Si j'accepte de faire quelque chose, on peut compter sur moi	Sens des responsabilités



Autopositionnement ③

Identification des compétences

Tableau de report des résultats : entourer le chiffre selon les réponses au questionnaire, puis faire le total par compétence.

		Notez 1 chaque fois que votre réponse correspond				Total /4
		Honnêtement ce n'est vraiment pas moi (0)	Cela me ressemble un peu (1)	Cela me ressemble (2)	C'est tout à fait moi (3)	
Sens de l'organisation	6	0	1	2	3	
	12	0	1	2	3	
	31	0	1	2	3	
	45	0	1	2	3	
Initiative	28	0	1	2	3	
	33	0	1	2	3	
	36	0	1	2	3	
	43	0	1	2	3	
Confiance en soi	4	0	1	2	3	
	5	0	1	2	3	
	15	0	1	2	3	
	27	0	1	2	3	
Sens des responsabilités	19	0	1	2	3	
	29	0	1	2	3	
	1	0	1	2	3	
	48	0	1	2	3	
Polyvalence	2	0	1	2	3	
	13	0	1	2	3	
	21	0	1	2	3	
	34	0	1	2	3	
Facilité à faire des tâches répétitives	16	0	1	2	3	
	17	0	1	2	3	
	24	0	1	2	3	
	41	0	1	2	3	
Facilité à travailler sous pression	18	0	1	2	3	
	20	0	1	2	3	
	26	0	1	2	3	
	46	0	1	2	3	
Sens de l'observation	25	0	1	2	3	
	30	0	1	2	3	
	42	0	1	2	3	
	44	0	1	2	3	
Adaptation	9	0	1	2	3	
	14	0	1	2	3	
	22	0	1	2	3	
	38	0	1	2	3	
Communication	8	0	1	2	3	
	23	0	1	2	3	
	37	0	1	2	3	
	39	0	1	2	3	
Relation de service	10	0	1	2	3	
	32	0	1	2	3	
	35	0	1	2	3	
	40	0	1	2	3	
Travail d'équipe	3	0	1	2	3	
	7	0	1	2	3	
	11	0	1	2	3	
	47	0	1	2	3	



Autopositionnement ③

Identification des compétences

Nom :
Prénom :
Date :

En fonction des résultats, classez les compétences dans le tableau suivant :

③ Autopositionnement Identification des compétences			
Ce sont mes compétences fortes de 10 à 12	Je maîtrise ces compétences de 7 à 9	Je peux améliorer ces compétences de 4 à 6	Je dois travailler ces compétences de 0 à 3



Identification des compétences

Les résultats sont donnés à titre indicatif pour permettre de compléter le CV Compétences⁺. Les résultats des différents tableaux ne sont pas croisés.

Concernant les compétences, il n'y a pas de bonnes ou de mauvaises réponses. La finalité de l'exercice est de mieux se connaître et de comprendre la définition de chaque compétence. Les différentes situations proposées aident à mieux comprendre la définition des compétences pour pouvoir présenter son expérience en utilisant des mots précis (des compétences). Les situations proposées sont autant d'exemples qui permettent d'expliquer pourquoi on estime maîtriser une compétence.



Nom :

Prénom :

Date :

Identification des compétences

Ce sont mes compétences fortes	Je maîtrise ces compétences	Je peux améliorer ces compétences	Je dois travailler ces compétences



④ Le CV Compétences+ et le CV Compétences+ Aide à domicile

																								
Curriculum vitae Europass																								
Information personnelle																								
Nom(s) / Prénom(s)																								
Adresse(s)																								
Téléphone(s)		Portable:																						
Courrier électronique																								
Date de naissance																								
Emploi recherché		☐ Auxiliaire de vie ☐ Garde d'enfants ☐ Ménage-repassage																						
Expérience professionnelle		(dupliquer si nécessaire)																						
Dates (indiquer la période ou la durée)																								
Fonction ou poste occupé																								
Principales activités et responsabilités																								
Employeur																								
Type ou secteur d'activité																								
☐ Formation		(dupliquer si nécessaire)																						
Dates																								
Intitulé du certificat ou diplôme délivré																								
Nom et lieu de l'établissement de formation																								
☐ Formations courtes, stages		(dupliquer si nécessaire)																						
Dates																								
Intitulé de la formation																								
Nom et lieu de l'établissement de formation																								
☐ Langue(s) parlée(s)																								
Aptitudes et compétences sociales Pour chaque compétence, indiquez dans quel contexte vous les avez acquises.		<table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>Contexte professionnel, formation</th> <th>Vie personnelle et familiale, bénévolat...</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>☐ Confiance en soi</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>☐ Sens des responsabilités</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>☐ Adaptation</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>☐ Communication</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>☐ Relation de service</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>☐ Travail d'équipe</td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>			Contexte professionnel, formation	Vie personnelle et familiale, bénévolat...	☐ Confiance en soi			☐ Sens des responsabilités			☐ Adaptation			☐ Communication			☐ Relation de service			☐ Travail d'équipe		
	Contexte professionnel, formation	Vie personnelle et familiale, bénévolat...																						
☐ Confiance en soi																								
☐ Sens des responsabilités																								
☐ Adaptation																								
☐ Communication																								
☐ Relation de service																								
☐ Travail d'équipe																								

Aptitudes et compétences organisationnelles Pour chaque compétence, indiquez dans quel contexte vous les avez acquises.	<table border="1"> <tr> <th></th> <th>Contexte professionnel, formation</th> <th>Vie personnelle et familiale, bénévolat...</th> </tr> <tr> <td>☐ Sens de l'organisation</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>☐ Initiative</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>☐ Sens de l'observation</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>☐ Polyvalence</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>☐ Facilité à faire des tâches répétitives</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>☐ Facilité à travailler sous pression</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>		Contexte professionnel, formation	Vie personnelle et familiale, bénévolat...	☐ Sens de l'organisation			☐ Initiative			☐ Sens de l'observation			☐ Polyvalence			☐ Facilité à faire des tâches répétitives			☐ Facilité à travailler sous pression																																																					
	Contexte professionnel, formation	Vie personnelle et familiale, bénévolat...																																																																							
☐ Sens de l'organisation																																																																									
☐ Initiative																																																																									
☐ Sens de l'observation																																																																									
☐ Polyvalence																																																																									
☐ Facilité à faire des tâches répétitives																																																																									
☐ Facilité à travailler sous pression																																																																									
Aptitudes et compétences techniques (exemples : repassage, bricolage, couture...) Pour chaque compétence, indiquez dans quel contexte vous les avez acquises.	<table border="1"> <tr> <th></th> <th>Contexte professionnel, formation</th> <th>Vie personnelle et familiale, bénévolat...</th> </tr> <tr><td>Entretien du linge (lavage, repassage)</td><td>☐</td><td></td></tr> <tr><td>Couture</td><td>☐</td><td></td></tr> <tr><td>Petites réparations</td><td>☐</td><td></td></tr> <tr><td>Préparation des repas</td><td>☐</td><td></td></tr> <tr><td>Entretien du logement</td><td>☐</td><td></td></tr> <tr><td>Gestion d'un budget</td><td>☐</td><td></td></tr> <tr><td>Aide à la toilette</td><td>☐</td><td></td></tr> <tr><td>Gestes et postures</td><td>☐</td><td></td></tr> <tr><td>Prise en charge malade Alzheimer</td><td>☐</td><td></td></tr> <tr><td>Prise en charge HIV</td><td>☐</td><td></td></tr> <tr><td>Accompagnement fin de vie</td><td>☐</td><td></td></tr> <tr><td>Habilitation électrique</td><td>☐</td><td></td></tr> <tr><td>Brevet de secourisme</td><td>☐</td><td></td></tr> <tr><td>Autre :</td><td>☐</td><td></td></tr> </table> <table border="1"> <tr> <th>Outils utilisés</th> <th>Contexte professionnel, formation</th> <th>Vie personnelle et familiale, bénévolat...</th> </tr> <tr><td>Utilisation d'un lit médicalisé</td><td>☐</td><td></td></tr> <tr><td>Utilisation d'un lève-personne</td><td>☐</td><td></td></tr> <tr><td>Utilisation d'un verticalisateur</td><td>☐</td><td></td></tr> <tr><td>Utilisation d'un Vaporetto</td><td>☐</td><td></td></tr> <tr><td>Utilisation d'une centrale vapeur</td><td>☐</td><td></td></tr> <tr><td>Utilisation d'un lave-linge</td><td>☐</td><td></td></tr> <tr><td>Utilisation d'un lave-vaisselle</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>Autres :</td><td>☐</td><td></td></tr> </table>		Contexte professionnel, formation	Vie personnelle et familiale, bénévolat...	Entretien du linge (lavage, repassage)	☐		Couture	☐		Petites réparations	☐		Préparation des repas	☐		Entretien du logement	☐		Gestion d'un budget	☐		Aide à la toilette	☐		Gestes et postures	☐		Prise en charge malade Alzheimer	☐		Prise en charge HIV	☐		Accompagnement fin de vie	☐		Habilitation électrique	☐		Brevet de secourisme	☐		Autre :	☐		Outils utilisés	Contexte professionnel, formation	Vie personnelle et familiale, bénévolat...	Utilisation d'un lit médicalisé	☐		Utilisation d'un lève-personne	☐		Utilisation d'un verticalisateur	☐		Utilisation d'un Vaporetto	☐		Utilisation d'une centrale vapeur	☐		Utilisation d'un lave-linge	☐		Utilisation d'un lave-vaisselle			Autres :	☐	
	Contexte professionnel, formation	Vie personnelle et familiale, bénévolat...																																																																							
Entretien du linge (lavage, repassage)	☐																																																																								
Couture	☐																																																																								
Petites réparations	☐																																																																								
Préparation des repas	☐																																																																								
Entretien du logement	☐																																																																								
Gestion d'un budget	☐																																																																								
Aide à la toilette	☐																																																																								
Gestes et postures	☐																																																																								
Prise en charge malade Alzheimer	☐																																																																								
Prise en charge HIV	☐																																																																								
Accompagnement fin de vie	☐																																																																								
Habilitation électrique	☐																																																																								
Brevet de secourisme	☐																																																																								
Autre :	☐																																																																								
Outils utilisés	Contexte professionnel, formation	Vie personnelle et familiale, bénévolat...																																																																							
Utilisation d'un lit médicalisé	☐																																																																								
Utilisation d'un lève-personne	☐																																																																								
Utilisation d'un verticalisateur	☐																																																																								
Utilisation d'un Vaporetto	☐																																																																								
Utilisation d'une centrale vapeur	☐																																																																								
Utilisation d'un lave-linge	☐																																																																								
Utilisation d'un lave-vaisselle																																																																									
Autres :	☐																																																																								
☐ Aptitudes et compétences informatiques	<table border="1"> <tr> <td>Recherche d'informations sur Internet</td> <td>☐</td> </tr> <tr> <td>Utilisation de la messagerie électronique</td> <td>☐</td> </tr> <tr> <td>Traitement de texte</td> <td>☐</td> </tr> <tr> <td>Autres :</td> <td>☐</td> </tr> </table>	Recherche d'informations sur Internet	☐	Utilisation de la messagerie électronique	☐	Traitement de texte	☐	Autres :	☐																																																																
Recherche d'informations sur Internet	☐																																																																								
Utilisation de la messagerie électronique	☐																																																																								
Traitement de texte	☐																																																																								
Autres :	☐																																																																								
☐ Autres aptitudes et compétences (cuisine, musique...)																																																																									
☐ Expérience extra professionnelle (Bénévolat, vie associative, garde d'enfants...)																																																																									
☐ Centres d'intérêt Vous pouvez indiquer dans quel cadre vous exercez ces activités (club sportif, cours, choral...)																																																																									
☐ Permis de conduire (Précisez quel permis)																																																																									

	
Curriculum vitae Europass	
Information personnelle	
Nom(s) / Prénom(s)	
Adresse(s)	
Téléphone(s)	Portable:
Courrier électronique	
Date de naissance	
Emploi recherché	☐ Auxiliaire de vie ☐ Garde d'enfants ☐ Ménage-repassage
Expérience professionnelle dans les services à la personne	Durée d'expérience (en mois ou en années) : Fonction ou poste occupé : En direct chez un particulier, une famille ☐ Dans une structure (association, entreprise) ☐ Dans un établissement (maison de retraite, crèche, foyers...) ☐ Nom de l'employeur : Lieu : (dupliquer si nécessaire)
<u>Au cours de mes différentes expériences, je me suis occupé(e)</u>	D'une personne âgée ☐ D'une personne malade ☐ D'une personne handicapée ☐ D'un enfant ☐ Du domicile (repassage, ménage...) ☐ De personnes : Autonome(s) ☐ Dépendante(s) ☐ Très dépendante(s) ☐

Principales activités et responsabilités	Interventions régulières	☐
	Accompagnement suite à un accident	☐
	Accompagnement en fin de vie	☐
	Pathologies, handicaps, déficiences dont j'ai eu la charge:	
	Handicaps physiques (suite à un traumatisme crânien, à un accident cardio-vasculaire...)	☐
	Handicaps mentaux	☐
	Maladie longue (cancer...)	☐
	Maladies infectieuses (sida...)	☐
	Démences, Alzheimer	☐
	Maladie de Parkinson	☐
Sclérose en plaques	☐	
Pratiques addictives (drogue, alcool)	☐	
Autres	☐ Précisez :	
Activités		
Aide à l'habillage	☐	Aide au déplacement, à la mobilité ☐
Aide à la toilette	☐	Aide aux fonctions d'élimination ☐
Aide à l'alimentation	☐	Aide à la prise de médicaments ☐
Activités ordinaires		
Achats alimentaires	☐	Entretien du logement ☐
Réalisation des repas	☐	Aménagement de l'espace ☐
Elaboration de menus adaptés	☐	Alimentation des animaux domestiques ☐
Entretien du linge	☐	Gestion d'un budget ☐
Aide aux démarches administratives courantes	☐	Animation ☐
Accompagnement à l'extérieur	☐	Relation avec les membres de la famille ☐
Mise en œuvre d'un projet de vie	☐	
Utilisation d'un cahier de liaison	☐	
Relations avec d'autres intervenants :		
Des membres de la famille ou aidant familial	☐	
Une infirmière	☐	
Un spécialiste (kinésithérapeute...)	☐	
Des bénévoles	☐	
Une assistante sociale	☐	
Autre(s) :		

☐ Autres expériences professionnelles (en dehors des services à la personne)	(dupliquer si nécessaire)
Dates	
Fonction ou poste occupé	
Principales activités et responsabilités	
Employeur	
Type ou secteur d'activité	
☐ Formation	(dupliquer si nécessaire)
Dates	
Intitulé du certificat ou diplôme délivré	
Nom et lieu de l'établissement de formation	
☐ Formations courtes, stages	(dupliquer si nécessaire)

Dates				
Intitulé de la formation				
Nom et lieu de l'établissement de formation				
☐ Langue(s) parlée(s)				
Aptitudes et compétences sociales Pour chaque compétence, indiquez dans quel contexte vous les avez acquises.	☐	Confiance en soi	Contexte professionnel, formation	Vie personnelle et familiale, bénévolat...
	☐	Sens des responsabilités		
	☐	Adaptation		
	☐	Communication		
	☐	Relation de service		
	☐	Travail d'équipe		
Aptitudes et compétences organisationnelles Pour chaque compétence, indiquez dans quel contexte vous les avez acquises.	☐	Sens de l'organisation	Contexte professionnel, formation	Vie personnelle et familiale, bénévolat...
	☐	Initiative		
	☐	Sens de l'observation		
	☐	Polyvalence		
	☐	Facilité à faire des tâches répétitives		
	☐	Facilité à travailler sous pression		

Aptitudes et compétences techniques Pour chaque compétence, indiquez dans quel contexte vous les avez acquises.			Contexte professionnel, formation	Vie personnelle et familiale, bénévolat...	
	Entretien du linge (lavage, repassage)	☐			
	Couture	☐			
	Petites réparations	☐			
	Préparation des repas (menus et régimes)	☐			
	Entretien du logement	☐			
	Gestion d'un budget	☐			
	Aide à la toilette	☐			
	Gestes et postures	☐			
	Prise en charge malade Alzheimer	☐			
	Techniques d'hygiène	☐			
	Déplacement, manutention, mobilisation des personnes	☐			
	Prise en charge HIV	☐			
	Accompagnement fin de vie	☐			
	Habilitation électrique	☐			
	Brevet de secourisme	☐			
	Autre :	☐			
				Contexte professionnel, formation	Vie personnelle et familiale, bénévolat...
	Outils utilisés				
	Utilisation d'un lit médicalisé	☐			
	Utilisation d'un lève-personne	☐			
	Utilisation d'un verticalisateur	☐			
	Utilisation d'un Vaporetto	☐			
	Utilisation d'une centrale vapeur	☐			
Utilisation d'un lave-linge	☐				
Utilisation d'un lave-vaisselle	☐				
Autres :	☐				
☐ Aptitudes et compétences informatiques	Recherche d'informations sur Internet ☐ Utilisation de la messagerie électronique ☐ Traitement de texte ☐ Autres :				
☐ Autres aptitudes et compétences (cuisine, musique...)					
☐ Expérience extra professionnelle (bénévolat, vie associative, garde d'enfants...)					
☐ Centres d'intérêt Vous pouvez indiquer dans quel cadre vous exercez ces activités (club sportif, cours, choral...)					
☐ Permis de conduire voiture (Précisez quel permis)					